全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

世界上最伟大的励志书

《羊皮卷》自面世以来即被誉为“全球成功人士的启示录”、“超越自我极限的奇书”，人们不分国界、不分地域、不分民族、不分肤色、不分性别、不分年龄、不分学历、不分贫富，都在阅读这部书，从中汲取着信心和力量的养分。《羊皮卷》畅销百年经久不衰，深刻改变了无数人的命运，并继续鼓舞和激励着一代又一代的人们。

羊皮卷

大全集

（美）奥里森·马登等 著 白雯婷 编译

下



中国华侨出版社

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088
理想藏书55188

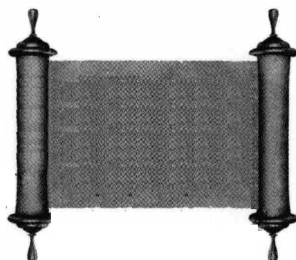
世界上最伟大的励志书

羊皮卷

大全集

（下）

(美)奥里森·马登等 著 白雯婷 编译



中国华侨出版社

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088
理想藏书55188



目 录



上

第一卷 投资自我

第一章 说话是一门无与伦比的艺术 …… 3
第二章 美是最好的教育 …… 12
第三章 个人魅力源自良好性格 …… 23
第四章 投资社交：帮你完成很多金钱不能完成的事情 …… 29
第五章 交际技巧带来的奇迹 …… 36
第六章 朋友是一笔巨大的人生财富 …… 41
第七章 自我教育——阅读 …… 48
第八章 自我完善比接受教育更重要 …… 57

第二卷 积极心态的力量

第一章 改变从自己开始 …… 67
第二章 幸福与自信：成功者心中的力量 …… 70
第三章 人际关系：激励自己与他人的力量 …… 75
第四章 我们要面对的敌人应该是自己 …… 81
第五章 立即行动起来 …… 87
第六章 无论你是谁，你都可以很幸福 …… 92
第七章 帮助他人与自我充实的力量 …… 98
第八章 坚持：精神与毅力的力量 …… 105
第九章 心境平和也是一种力量 …… 109
第十章 改变心态，就能改变生活 …… 113

第三卷 自己拯救自己

第一章 天助自助者 …… 117
第二章 命运总是站在勤奋的一边 …… 125
第三章 无论干什么，均需全力以赴 …… 131
第四章 对待金钱的态度检验一个人的智慧 …… 137

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章　最好的教育，是自己给予自己的教育 …… 144

第四卷　思考致富

第一章　只要我们能梦想的，我们就能实现 …… 153
第二章　有渴望，才有希望 …… 160
第三章　信心是心智的催化剂 …… 168
第四章　所谓信仰，即积极的自我暗示 …… 177
第五章　知识具有吸引财富的力量 …… 180
第六章　想象力：没有想不到，只有做不到 …… 188
第七章　任何行为都不要无计划地做出 …… 194
第八章　有决心赢，就已经赢了一半 …… 209
第九章　毅力：不断前进，终将成功 …… 215
第十章　智囊团：集体智慧的活力 …… 222
第十一章　性欲蕴藏了建设性的力量 …… 225
第十二章　潜意识——能量的发源地 …… 236
第十三章　大脑拥有神奇力量 …… 239
第十四章　第六感：最接近奇迹的东西 …… 242
第十五章　恐惧是一种自设的东西 …… 246

第五卷　爱的能力

第一章　人性与爱的本质 …… 265
第二章　每个人都拥有多方面的爱 …… 277
第三章　性：用身体表达爱的语言 …… 286
第四章　自爱是爱人的基础 …… 293
第五章　物质的爱和对人的爱不可并列讨论 …… 299
第六章　缺乏爱的能力 …… 305
第七章　爱本身包含了友谊 …… 307
第八章　爱是治疗孤独的良药 …… 311
第九章　在浪漫中，追逐自己的理想 …… 326
第十章　爱是有局限的自由 …… 340
第十一章　爱与我们的成熟度有关 …… 343

下

第六卷　向你挑战

第一章　无限的成功就是无限的挑战 …… 351
第二章　敢于去做最好的你 …… 353
第三章　最大的冒险就是不去冒险 …… 355
第四章　世界由勇敢的人指引向前 …… 358

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章 财富买不到健康，而健康却能换到财富 …… 363
第六章 你是你自己思想的产物 …… 370
第七章 个性是后天培养出来的 …… 379
第八章 神性隐藏在我们自己的身上 …… 386
第九章 把分享当成一种生活信念 …… 392
第十章 振作起来，就是再多走几步 …… 398
第十一章 我的挑战和与人共享 …… 403

第七卷 信仰的力量

第一章 营造起一条自己的生命之舟 …… 407
第二章 一面天使，一面恶魔 …… 410
第三章 有了信仰，才真正有了自由 …… 413
第四章 只有在黑暗中，光明才显得耀眼 …… 416
第五章 注入奋发向上的精神血液 …… 419
第六章 于太空之中见证福音 …… 422
第七章 把爱看作一种信仰 …… 424
第八章 正义是一种坚韧的信念 …… 428
第九章 从助人中获得无上喜悦 …… 431
第十章 信仰没有种族之分 …… 434
第十一章 和睦中的干面包胜过争吵中的佳肴 …… 437
第十二章 重获精神食粮就是新生 …… 440

第八卷 思考的人

第一章 明天是今天思考的结果 …… 445
第二章 环境生成于自己的思想 …… 447
第三章 人是自己身体的创造者 …… 452
第四章 人生的精彩来自于目标的精彩 …… 454
第五章 所有成就源于正确的思想 …… 456
第六章 有了梦想，你才伟大 …… 458
第七章 心灵的平静是人性的珍宝 …… 460

第九卷 钻石宝地

第一章 讲给“特殊的朋友”的故事 …… 463
第二章 财富，就在你脚下 …… 466
第三章 金钱有力量，却不等于力量 …… 468
第四章 无论贫富，都要学会自力更生 …… 471
第五章 致富没有固定的模式，但有一定的法则 …… 474
第六章 伟大不在于将来的富足，而在于穷困时做大事 …… 478

第十卷 最伟大的力量

序 善于发现“最伟大的力量” …… 485

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章　每个人身上都有一种伟大的力量 …… 486
第二章　环境不能控制，但是可以选择 …… 488
第三章　成败其实是自己内心的抉择 …… 490
第四章　习惯形成性格，性格决定命运 …… 492
第五章　决心为富足而战 …… 496
第六章　没有谁能阻挡我们追求幸福 …… 499

第十一卷　从失败到成功的销售经验

第一章　激情，将带来奇迹 …… 509
第二章　技巧不是生活的本真 …… 521
第三章　获取信任，首先得值得信任 …… 542
第四章　交友的第一要诀是真诚 …… 549
第五章　先把自己推销出去 …… 560
第六章　一切成功的理念关键在于付诸行动 …… 578

第十二卷　获取成功的精神因素

第一章　生命中有许多重要的名词 …… 583
第二章　每个成功者都有自己成功的道路 …… 585
第三章　成功商数测定仪 …… 607

第十三卷　你是第一位的

第一章　你永远是第一位的 …… 613
第二章　不被视野所阻挡 …… 618
第三章　跨越现实的障碍 …… 621
第四章　战胜人际关系的不完美 …… 627
第五章　友谊永远不能成为一种交易 …… 634
第六章　用事实证明爱情，而不是理智 …… 643

第十四卷　唤起心中的巨人

第一章　人没有梦想，就注定会沦为失败者 …… 653
第二章　很多时候，我们被心而非脑所指挥 …… 658
第三章　改变：释放你潜藏的能量 …… 663
第四章　把时间用在思考上 …… 668
第五章　好情绪蕴藏巨大能量 …… 672
第六章　主宰人生的 5 个因素 …… 679
第七章　心则和心范 …… 684
第八章　塑造成功人生的 7 天挑战（上） …… 689
第九章　塑造成功人生的 7 天挑战（下） …… 693
第十章　自我认定与人生的终极挑战 …… 698

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章 无限的成功就是无限的挑战

我是在一个还没有排水管道的时代度过自己的童年的。那时的乡下，沼泽密布，疟疾流行，以至于直到我去城里读书的时候，很多人都还是脸色枯黄、身材干瘦的颓败模样。

乔治·瓦伦·克劳先生是我的一位老师，那时我们总戏称他为“健康狂想家”。我们曾经嘲讽他的那些想法，对他的言辞教诲不当回事。但乔治先生却从没放弃过他的努力。

有一天，乔治先生把我单独叫了过去。他用他那明亮闪烁的眼睛直视着我，用他那有些好听而又有些让人害怕的声音对我说（种种这些，都给我留下了至今难忘的深刻印象）：

“孩子！我要求你从现在开始，去做一个全班最健康的男孩！”这句话强烈地震撼了我。

我？最瘦小的孩子——做最健康的男孩？班上的其他孩子都比我高大强壮得多，至少也得考虑一下我还患有因为那讨厌的沼泽地所导致的各种疾病呀！要我做全班最健康的男孩？这个人绝对是疯了！但在他言语的诱导下，我顿时感觉自己健康了起来，情不自禁地自言自语道（其实我以前常常这样希望自己）：嗯，是的，我要做全班最健康的男孩。

正在我默想的时候，乔治先生仍在对我说着：“你要挑战你自己，把那些伤寒和热病从你的身体中除掉，新鲜的空气、纯净的水、卫生的食品以及长期不懈的锻炼都能使你强壮，你要坚持，直到脸蛋变得红润、胸肌变得发达、四肢变得强劲为止！”

那一刻，他的话语如同掉入我心海的石子，在我的体内起到了某种作用，激起了我涌动的热血。是啊，我要向自己挑战。谁敢应战?！我激动地渴望着一场大的战斗。

于是我行动起来，通过锻炼，很快地将体内的毒素驱逐掉，也终于成为全班最强壮最健康的男孩。那一天以后，我再没有因为疾病缠身而浪费掉宝贵时间。很显然，对于这位我人生成功路上的启蒙者——乔治先生，我充满感激。

许多年以后的一个早晨，我们公司最有前途的男孩之一，亨利·伍兹走进了我的办公室，到我面前时，他大胆地盯着我。

“我要辞职。”他坚决地说。

“这是怎么回事，亨利?”我感到疑惑。

他坦白道：“销售员并不适合我，因为我缺少那些耐心，也没这个能力，并且也不值得你再支付工资给我。”一个人能如此坦率地在自己的老板面前承认自己的失败，勇气可嘉。如果他没有勇气，不可能做到这样；如果他能把这份勇气运用到工作上，这该多好啊！突然，我又回想起孩提时代的情景：那时，一位老师要求一个瘦弱的小孩去挑

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

战自己，做一个强壮的人，而这个小孩最终真的变得强壮了。我由衷地笑了，而让亨利感到诧异的是，我并没同意他的辞职，而是直视着他的眼睛说道：“我想我明白要怎样去用人，你是具备推销员素质的。亨利·伍兹，我向你挑战：做最好的！走出这间办公室，从现在开始，到今天晚上回来时，你要带回比你在之前任何一天的推销都要多的订单。”他呆呆地看着我。那一瞬间他的眼中迸出一道亮光（那一定是一束充满战斗力的火焰）——那是多年以前在回应老师的挑战时曾在我周身涌动过的同种物质。随后他转身走出了我的办公室。

那天晚上他回来的时候，我从他的眼中明显感受到那胜利的光芒取代了清晨时大胆无畏的神情。他完成了他的最好纪录——而且自从那天开始，他也一直在刷新自己的最好纪录。

他还成为对年轻的推销员来说最好的指导者和帮助者之一。他传授了自己的经验给很多人，这些人再据此来进行各自的实践和创新，也都获得了较大的成功。这个世界有许许多多像亨利·伍兹这样的人，他们所缺少的仅仅只是一个挑战，他们所等待的也是一个挑战，等待着来自别人或是自己的：

“我向你挑战！”

每年夏天，我都会在美国青年基金会所举办的夏令营中，接触到无数具备领导者素质的年轻人。几年前，我遇到一个在电子公司当技工的年轻小伙子。他在高中毕业后，被迫参加了工作。后来当他看到那些在高等技术学院学习过的人能力远高于自己，便感觉到非常失落。然而通过我的观察了解，这个小伙子很有天赋，具备发展潜力。于是我就向他挑战，要求他放弃当前工作，重新回到学校去。再一次地，我又从一个战士的眼中看到了那可贵的战斗火焰在闪烁。他很穷，但是即使困难重重，他还是去上了大学，并幸运的毕业。现在，那个原本或许一辈子都只会是一个技工的人已经成为了一位杰出的电子工程师。他一直在分享成功中成长，并且现在的他正满怀着热情投身于帮助别人获得教育的这一伟大事业中。

这些故事都是从我亲身经历过的生活中摘取得来的，当然还有其他很多类似的事例。不幸的是，也有许多相反的例子告诉我们关于一些人的另一种人生：他们拒绝接受挑战，甘于落后；或者他们已经被挑战去做更伟大的事情，但是在他们眼中却没有那战斗的火焰在闪烁跳跃，依旧以失败告终。这些都是非常遗憾的，因为，他们没有有效地使用成功的资源。然而，“我向你挑战”这项开发计划还是已经在许许多多人身上产生效用，它也势必对你的将来影响深远。挑战！挑战！无限的成功即是无限的挑战，永远不要停止对理想的不懈追求。

希望我的读者能领悟这本书，并在每晚入睡前对自己坚定地说：“向自己挑战！”你会马上获得所有的感觉，立即进入成功的状态中去。如果你想成为一名高贵的领导者、让自己事业获得不断的提升，那么就即刻向你自己挑战吧！——这是勇敢而伟大的，因为：

挑战自己，就是应战世界！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 敢于去做最好的你

我正向茫茫人海中启动一次伟大的远航，去搜寻那些不平凡的冒险者。我正在寻找勇敢的你：我知道你能勇敢地面对生活，每一分每一秒都准备着与成功路上的任何艰难险阻奋力抗争，不达目的绝不轻言放弃。你坚信：只要我是正确的，我就是强大的，就没有什么是对我的所谓“致命一击”，不，我不是弱者，我不是甘愿被照顾的人；我是精英，我是精神强大、无所畏惧而有大能大才的人。

我正在寻找刚毅勇敢的你，世界都由你指引着向前发展。我将向你们展示一种神秘的、只有少数人才知道如何去使用的力量——迎接挑战，激情共享！这种力量来自哪里呢？精神！世界的精神、你的精神！这是没有穷尽的永恒之力！造化何其宏伟，终于成就了伟大的人类。毋庸置疑的一点即我们是精英，或将是精英，但我们必须要通过更大的爱心、信念、恒志与责任感来实现自己的理想——力量的理想。一旦你拥有它，你就将不复从前。可这有什么可遗憾的呢？理想存在在未来的光明世界里，而成功就始于足下！生命始终永不停息，没有成功的生命可悲可叹；我们甚至可以认为：没有成功的生命不能称之为生命！生命是什么？生命就是一种生而伟大的使命！

那么，亲爱的朋友，我想请问，你努力地完成你的使命了吗？你敢向世界挑战吗？你是精英吗？请认真回答自己，考虑好以后开始行动！

从现在这一刻开始，你要明确自己的使命，你要敢于应对一切挑战，你要告诉自己：我是精英！一旦你明了了这一切，你也将获得所有的力量，你会变得越来越富有激情。你要把这些深植到你的性格中，输入到你的思想里，你必须点燃你自己，让你体内那一股跳动的火焰熊熊燃烧！不要畏惧自己的力量与激情，它带给你的只会是成功、它能让你成为的只是这世界上的精英！让这理性之光点亮你的生命吧，让这激情之火燃烧你的生命吧，你的生活都将因此而无比绚烂辉煌！财富、荣誉、正义、爱情都会朝你纷至沓来，并将长期伴随！而在你的照耀下，又会有千万个生命慕名追寻，吸取大地的光热从而获得无穷尽的力量，汇聚成生命的河流，在明媚的大地上流淌激荡，涌向那未来的阳光家园。

我们需要牺牲和勇气去点燃这些美好的激情。我确信：这个世界充满了永远不会被利用和被污染的无尽智慧和伟大潜能。请牢记：世界是永不停息地一直向前发展的，我们一定可以做得比现在更好，过得比现在更好！

然而只有极少的一些人敢于上下而求索。寻找真金的探矿者的经历让我们明白，金子会在人的智慧发光处同时出现。它总能被智慧的勇敢者寻找到，不管是埋藏在低洼的河床里、高耸的山巅上，还是寒冷的极地中、炎热的荒漠里。同样的，那个敢于接受挑战的人也可能在茅屋或牛棚中寻找到永恒。不论你在何方，不论你是何人，不论你拥有多少，只要你有勇气，你就会被挑战从而进入到一个伟大的事业中来。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

H. G. 威尔斯的话告诉我们，一个人要怎样去确定自己是否取得成功。他说："财富、名誉、地位和权势，这些都不能充当测量成功的尺子，唯一真正能够衡量成功的尺度取决于以下两个事物之间的比率：一个是我们所能够做的和我们所能够成为的，另一个是我们已经做的和我们已经成为的。"

亲爱的朋友！我想让你在生活中发动一场圣战——敢于去做最好的你。我敢保证你将成为一个比你现在所展示出来的更优秀、更有能力的人。你还没成为你应该是的那种人的唯一原因在于你缺乏那样的勇气。一旦你敢于去做，一旦你停止亦步亦趋、去过真正的生活，你的生命必将展开一番全新的景象：全新的动力会在你心中成型，全新的能量会竭尽全力服务于你。

谁想去做那些不但不重要而且又折腾人的事？谁又想拒绝这个黄金世界赐予我们的一切美好欲望？为了获得生活的永恒，为了将自身的作用发挥体现出来，你必须向你自己挑战。你有一个潜藏的财富宝藏，但是或许你直到现在依然目标模糊；你有一支枪并配有充足的弹药，但是你一直不敢朝着目标瞄准射击。世界本来就已经充满各种忧患、困扰，再也不能这样了！再也输不起了！现在，我向你挑战！勇敢去实现你的最大价值吧！

过去的实践和经历使我确信：挑战和分享带来内心的丰盈和个性的成长，你要大胆利用你所拥有的才能和智慧。你将发现自己的形象会变得更强大、更伟岸！这不仅带来身体方面的改变，而且也会在思想、社交能力及信仰理念上得到体现。通过与他人分享挑战带给你的丰厚果实，你将会使它的效用扩大一百倍。你再把生命的信息广泛传递开去，看！那更多的多姿多彩的生命因此出现啦！迎接挑战，这条成功原理甚至将会促使你成为超人！

我们最值得拥有的其实是那些能够被分享而不会因此减少的东西，最不值得拥有的是那些一经分享就消散的东西。而那些愈经分享愈倍增的东西就是力量！

不论你现在是怎样的年纪、拥有多少财富，也不论你是怎样的性别，亲爱的朋友！只要你是那极少数勇敢者之一，只要你愿意去迎接挑战并与他人分享——那么我确信，你就肯定会成功的！这本书就是专为你而写。我对你的冒险满怀希冀，我深信你会拥有丰盈美满的人生。挑战者是何其勇敢，值得称道！

幸福的人将会获得成功，

幸福在于与他人分享，

幸福总会加倍出现。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　最大的冒险就是不去冒险

冒险可以称得上是一切成功的前提。没有冒险，成功就无从谈起。冒越大的险意味着更大的成功机会（当然这需要一些条件）。成功始于冒险，对于一个对什么都了无兴趣、安于现状的人来说，冒险是唯一能解救他的东西；对于一个小有成就的人来说，冒险会让他的投资赢利更多（冒险本身就是一种投资）。我们的确不能肯定地说冒险就会成功（因为这其中还涉及很多因素），但我敢说那些连骑马都学不会或不敢报考学位的人注定没有前途。

那些不敢接受挑战的人，一开始就已经被战败。

冒险就意味着充分去生活。你会心甘情愿开始这次旅行，当你了解到它将带给你多么大的幸福和快乐。我有一些年轻朋友，他们得过且过、自我感觉良好，在他们的眼中，随波逐流地活一生是件愉快的事，自我约束是世俗的，自我放纵才是自我的真正表达。我非常反对这样的错误观点。阻力最小的路线形成了弯曲的河流和扭曲的人格。逆流而上，才会激起千重浪，获得意想不到的重大突破！

不可否认的是，许多人都情愿选择以比较简单容易的方式存在，过平淡的生活。每当问他们为什么不去尝试一种更丰富更开阔的生活时，他们往往会因自己的这种“修养”而自矜，并骄傲于人前。其实这是一种错误的观念！常人所说的“修养”仅仅是得过且过、庸庸碌碌，“只有革命者才懂得修养”！真正的修养是生机勃发地去斗争！

懒惰者不会去思考怎样充实和提高自己，因此也绝对品尝不到胜利所带来的震撼与幸福。一战期间，一位上尉在一次偷袭荒岛撤回时受伤了。敌方狙击手和机枪手联合组成一个交叉火力网，借此挑战，让敢于前来营救那位筋疲力尽的上尉的人无法靠近。部队司令挑选了两名志愿者来完成这项营救伤员的危险任务，而整个部队则继续前进。这两个人之所以被选中来承担使命是由于其光荣的履历，以及在部队长期服役中表现来的“魔鬼般的斗志”。他们在黑夜里潜回荒岛上，匍匐前行，从枪弹密布中救回了他们的上尉。一个精锐的军团能勇敢地面对挑战，并出色地完成任务是一项至高的荣誉。一直呆在战壕中没有特别的兴奋可言，但当你从掩体中探出头时会感觉到异常刺激。当你在众人面前昂首挺胸时，你的生活将不再枯燥、不再一成不变。

每年夏天，在密歇根由美国青年基金会所举办的夏令营里，我都向那些充满激情和热血的年轻领导者传达“我向你挑战，去大胆冒险”的信息。每年成百上千的男孩和女孩，年轻的绅士和淑女都会带着成为领导者的渴望来到这个夏令营。在特定的时间里，整个夏令营里各种激烈的竞赛活动接连不断。在棒球比赛、潜水竞赛或登高等各种比赛中，这些年轻人都力争上游，做最好的一个。而在另一段时间里，他们对一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

项思维方式的培训活动也表现出了紧张和感兴趣，因为这些年轻人是要成为未来的领导者，不消说，这无疑有益于他们的思维训练。晚上，大家围成一圈，分成小组就娱乐方面来竞争。每个未来的领导者要学会展示自己的艺术，在这一过程中他要使自己的同伴感到愉悦。他要通过吸引、领导和影响他人等多种方式来充分展示自我的个性。和在运动场、自习室围圈讨论时一样，这几百个年轻人在一个祈祷课程训练中，被引导着积极表达和发展自己的信仰。通过参与这些活动，年轻的营员们已经明白生活的各个方面都同样充满乐趣。比起没来前，那些给我展示的无论来自何处的男孩和女孩们都表现得更热爱生活、更有能力去做事情。这个夏令营以“独立自主的我无时无刻不在做最好的我”作为座右铭。在同一个项目下，他们尽量地发挥才智，勇敢地生活，共同被引导着在一段愉快的时间里接受培训。正确的生活方式能让你充实而有后劲，错误的生活方式只会使你像即将破灭的肥皂泡那样感觉空虚。对此，你愿意怎样选择？

在奋斗者看来，生活是伟大而光荣的挑战。每天清晨，当明媚的阳光从窗户照射进来，你如果马上精神百倍地跳下床，信心满满地开始向压抑你的人或环境挑战，那么你就已经走上了通往胜利的康庄大道；你能积极地面对问题，就代表它们已被解决了一半；如果你拥有更远大的抱负，那么这就更不消说了——困难挫折都是小事一桩，不值一提！

但你还是会疑惑，到底要怎么去做呢？答案是先要赞同这一点，即用积极的生活态度去简化整个生活的复杂性。潜意识里的种种“恐惧”使许多的人成为了生活的牺牲品，比如害怕失去工作、担心病痛的折磨和艰难困苦的日子、恐惧失败，等等。但是请牢记：勇者并非没有恐惧，关键是他能战胜恐惧，敢于用积极的生活态度去挑战恐惧。

为什么要挑战？因为你不这样做，就不可能获得胜利。每个人的内心深处都有种种渴望：渴望成为某种人，渴望获得某个地位。但我们习惯于坐等机会到来时，机会从来都只会被那些有所准备主动出击的人捕获，习惯守株待兔的人根本等不到其降临。

也许此时的你正坐在椅子上，读着这段话，并自言自语：“他说这些话很轻松，但是我个人的情况完全不同，要我去面对挑战是不可能的。”

为什么不可能？懦夫！我要挑战你脑海中的这种想法！我确信它就是你致命的敌人，正因其存在，你更应该比别人敢于迎接挑战。枯燥单调的生活最需要冒险。抛弃各种各样的借口吧，你的软弱会经由勇敢的行动来获得治愈。现在开始做一些事情！有必要的话，甚至就去打碎一扇窗户！

我向你挑战！你要让自己的思想变得更成熟，让自己的行动变得更果敢，让自己成为一个伟大的人。如果你做到了这些，我敢肯定你的生活会因而变得更加丰盈富足，更加振奋人心，你也将面对一个充满机会的世界。在这个世界里，你将通过挑战，获得丰富和抚慰人心的回报。所有的行业：科学、宗教、商业、教育……都在呼唤那些积极面对现实、敢于攻击、大胆进取而绝不退却的勇敢者。

亲爱的读者！在你决定读下去前，你要真诚地问问自己：你是怎样生活的？你是怎

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

么评价自己的？你是否完全知晓自己所肩负的责任与自己所具备的能力？你是否能满意于你的后代看到你目前的生活评价说“这就是他所能做到的最好的了”？或者，你是那一直确信终有一天会成为领导层中一员的那个人吗？你是那少数伟大者之一的那个人吗？你是那将在某天创造出拥有最好的自我的那个人吗？如果你的回答是肯定的，那么我这次搜寻的远航就没有枉费，你就是我所寻找的人。

向自己挑战！接受自己的挑战！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章 世界由勇敢的人指引向前

在艰难的一战期间，1918 年的时候，第六工兵营的诺曼上校是我当时的战友，我不解于他做事的方式，不明白他所做的一切，直到后来在美国我听到了他与他的儿子们告别的谈话时，我才深切地懂得了他这样做的原因。

诺曼说："你们要挑战自己，孩子们。挑战自己，将会赋予你们做一切事的能力！"看到儿子们都因他的话语受到极大的鼓舞，诺曼带着严肃而兴奋的语气接着说："孩子们，你们不要因过去的胆怯和自卑恐惧逃避别人，因为你们注定是战士、是斗士。逃离人生的战场不是勇敢者的行为。你们，具备做好任何事情的能力。我是你们的父亲，我了解这一切，所以你们完全可以相信我。当然你们更要相信自己！你们知道自己将来会成为怎样的人，将去什么地方。只要你们敢向前闯，任何社会都会为你们让出一条通途。当然，这中间也可能并非一帆风顺：或许有时道路会拥挤不堪，就像交通堵塞了，危机像脱了轨的火车一样呼啸而至；或许恐惧、失望、无援，还有那些狂乱的躁动与寂灭的沉静会时时萦绕在你的周围。这时候要怎么办呢？孩子们，你们会选择退却还是勇往直前？我是你们的父亲，绝不会让你们无时无刻都不顾危险迎上前去，不会的，我们也需要在必要时退却。我只是想强调：你们要实现成功，唯一的方式就是战斗、勇敢地去战斗。遇到困难时要努力振作、奋起抗争，快要成功时要不改初衷、勇往直前，已经胜利了要再接再厉、永不停止。总而言之，孩子们，请记住我的一句话：敢于向任何事物挑战、且敢于接受任何挑战的人，必然是社会的精英、人类的勇者。去勇敢地做事吧，总有一天会取得成功！"

成功者必然是勇敢者，勇敢者也必须是一个敢想敢做的人。而这一切都源于"爱"。

我曾经读过的一张报纸上刊载了这样一个故事：一位母亲在孩子的安全受到一只熊的威胁时，用斧头砍死了它。按普通人的逻辑，一位妇女不可能有能力杀死一只强于自己几倍的熊——但她真的做到了。

戈登·菲利普也给我讲了一个加拿大电车司机的故事。在第一次世界大战期间，这个司机被任命为某集团军的司令。其实他原本并不知道自己能够指挥别人，但是他确实做到了。在旁人看来绝对是可以称之为奇迹的事情：从司机变成司令，一旦他知道自己立刻就可以付诸勇敢的行动了，而这也就成为了可能。

多年前，一个年轻人在一条铁路上做养路工。由于其严谨认真的工作态度，得到了一次去运输办公室工作一段时间的机会。在那段时间里，高级主管向这位年轻的替补职员索要一些重要的工作数据。这个年轻人虽然没有任何整理和查询账簿的经验，但是他没日没夜地工作了 3 天，终于在那位高级主管回来时准备好了所需要的材料。对于那些自己还不了解但却很重要的工作，他也以同样的勇气去处理。通过不断地学习与研究，他在自己所做的每件事中表现出了那种兢兢业业的工作态度和卓越不凡的成果业绩，这

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

为他承担越来越大的责任奠定了坚实的基础。现在他已成为了公司的副总裁。

一位来自肯塔基山区的年轻小伙子在 19 岁以前都从未离开过自己的村镇，也从来没有看见过任何一条铁路，后来却成为了我们西部最大的一家银行委员会的主席（并且同时是美国银行联席会的前任主席）。当他被推选为贝利学院——著名的拥有三千名山区孩子的肯塔基学校的理事（这可是一个需要无偿服务和责任重大的职位）后，他可谓是勤恳用心、鞠躬尽瘁地踏实做过许多事情。这个现在已功成名就的乡村小伙子说："这是我一生中所获得的最大荣誉。"过往的经历使他明白，真正的满足不在于物质的丰富或声名的显赫，而在于无私地奉献自我去为他人服务。

一个长期徒手工作的阿拉巴马州的采矿者，有一天突然意识到了自己缺少教育的熏陶。于是他每天晚上认真学习一些法律知识。当人们在育空岛发现金子时，他多番考虑后决定去那里淘金。在育空岛的地壳深处他发现了属于自己的宝藏，同时也找到了更伟大的事物。有一次他迷失在一次暴风雪中，在那个寒冷、荒凉的小岛上，他看到了远处由传教士设立的一个闪光的十字架。那样的动人场景鼓励他去追随一位新的主人，开启一种全新的生活。现在，他成为我们最具魅力的演说家之一，并将他所有的财产连同自己都奉献给了耶稣基督的神圣事业。

还有一次，我遇到一位乡村少年，他极富创造力。尽管他自认为缺少教育、缺乏自信心，也没有多少社交魅力。但后来也恰恰是他获得了成功，成为了集那些杰出品质于一身的人。不仅是我对此感到无法理解，他也同样觉得很惊奇，而其实这都是必然的。

我认识一位事业非常成功的商人，他很谦逊。在一次危急关头，他发觉自己有一种能使周围的人鼓起勇气，振作精神的杰出能力。

我所能给读者列出名字的以上所有人，都是真实存在的，而且我也非常了解他们。他们发现了自己所拥有的才能，并充分使之最大化。仅凭这一点，他们就超过了许多的普通人。

人们常常会在战争和危急关头，发现许多自己生活中从未开启过的门。为什么不在你的潜能下安装一颗炸弹？为什么不迫使生活出现一个危机？为什么不宣布发动一场你的战争？如果缺乏一些诸如此类的刺激来振奋精神使之行动起来，那位母亲就决不会了解到自己有多大力量，那个电车司机就绝不可能成为一名将军，还有那个养路工、探矿者、乡村小伙子、商人，他们生活到老到死也许都无法意识到在自己体内所蕴藏的巨大潜能。本书的目的首先就在于要帮助你发现你所蕴藏的能力，其次是向你挑战去充分发挥这些能力。"可怜的人"，请从心底下定决心，开始行动吧！

《成功心理学》的作者沃尔特·彼特金说："只要唤醒了人们创造的胆识，成千上万的年轻人就能够增加两三倍甚至四倍杰出的才干。但是，他们当中有许多人缺少勇气，更深入来讲，这是因为他们缺乏挑战计划所需要的巨大的能量。"沃尔特告诉我，过去他常常在培训拳击手时发现：一个很聪明的拳击手在比赛中往往很难取胜——"他缺少力量"，因为他过早地出现身体疲劳，所以在长时间的攻击中导致能量消耗殆尽，从而失败，而有经验的竞技者会尽量避免这样的情况。

可悲的是一个满腔雄心的人努力追求某个他既无精力也没有能力达成的目标。但更加可悲的是：那些电车司机、养路工和旅馆招待员们根本从未注意过从他们身边经过的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

那些将军、总裁以及精神领袖们是怎样掌控自己、发挥出超越极限的才能的。这样的悲剧极其普遍，人类仍然存在着不能正确认识自己的巨大缺陷。

但你会疑惑，到底是什么使得一个电车司机成长为一名将军的呢？是通过怎样的方式成就的呢？难道就是他恰好投入到战争、并敢于成为一名将军，然后挺起胸膛，坐等授勋？不，先生，绝不仅仅是这样的！将军绝不可能通过这样简单的方式产生。而事实是，在这个人成为一名将军之前，他内心所经历的某些事促使他转变为将军。在战前，他长期生活的环境是司机们狭小的世界，长期所做的是和那些同一层次的朋友厮混，积聚些钱财。而当突然有一天，他进入到一个新的世界里，眼界也随之大开，在他内心沉睡的“巨人”被刺激从而获得觉醒。

而这些沉睡的“巨人”又是什么呢？首先是指身体素质方面的潜能。从前，他大部分醒着的时间都是在单调枯燥的车厢里虚耗；而现在，他每天都骑马驰骋，并有专门的体能教练来协助自己来做大量的练习，从而锻炼腹部和胸部。通过多食用粗茶淡饭，多进行户外活动，他找回了精神振奋、身体健康的感觉和能由自己随意支配的充沛体力。与此同时，他的精神世界也变得丰富了。在他的帐篷旁边住着一位教授，士兵连中也还有一位民用建筑师，这些人的思想都对他产生了深远的影响。在南北转战的征程中，他看到了伦敦和巴黎这些伟大的城市，接触到了许多国度中新鲜的社会生活。在进入到一所炮兵学校后，他发现自己不仅会算工资，还能运算一些更高层次的问题。在当司机的时候，他需使用到大脑的只是很少一部分，而现在他为了得到生存和发展，迫使自己开发另一半的大脑来应对几乎每个新的生活经历。最后一点，他让军中的每个人都明白：我们都是为了心中的一个神圣目的而参加战斗的，这一点让他深受喜爱。这样的生活真是激情四溢，与之前在电车上度过的日子比起来，真是千差万别。他开始通过以一个将军的素质来严格要求自己，进行自我激励。在一个宝贵的日子里，他突然真实而准确地察觉到自己果然拥有了全新的力量——领导别人的能力。工人、大学生、商人都拥戴他作为他们前进的领头人。一个电车司机可以做的是常常跟在队伍的后面，根本难以拥有这种机会。然而他已不再是过去的那个他了！尽管从来没有接受过任何正规的培训，但他从未放弃任何可以锻炼自己的机会。如今他欢欣鼓舞地投身于一项伟大而崇高的事业中去，几经挫折，最终取得了成功。

你会疑惑，为什么不是其他的电车司机成为了将军呢？他们的生活环境是相同的啊！答案是很明显的：抑或是他们不具备成为一名将军的能力，抑或是他们不具备勇气来使用这种能力。而只有这个成功的人发现了这一切：胜利没有什么奥秘，它就是百分之百的战斗。而一个战斗者必须具备：强健的体魄、开阔的思维、左右逢源的社交能力与正确的信仰。这样，一但意识到这 4 个方面，他就有了勇气和胆识使之不断发展、日趋完善，从而使自己成为周围的那些人中的佼佼者、领导人物。

这个道理在那个 19 岁以前还没看见过一条铁路的小伙子身上同样适用。他确实是一个乡村少年，但绝不单单只是一个乡村少年，同时也是一个能肩负重大责任的男子汉。19 年的农场生活使他拥有强健的体魄。后来，当机遇来临时，他又每天都不断地拓宽自己的思维方式，提高自己的社交能力，充实自己的信仰源泉，直至获得银行界的最高荣誉。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我们要去寻找的那蕴藏在世界深处的资源是什么呢？我们体内沉睡的巨人又是什么呢？总结起来，它们就是以下 4 点：身体素质、思维能力、社交能力和信仰力量。如果这 4 个方面没有得到全面发展，我们的生活将难以完整。而你一旦懂得，那么每个得到发展的方面都会同时刺激其他 3 方面的发展。“完善整体是为了让每一方面都得到更好地发展，而做好每一方面又能促进整体的提高。”在其后的内容中，我们挑选了来自于各个年龄段、拥有各自不同奋斗历程的历史上的伟人，他们向我们展示了生活的这 4 个方面的秘密。所有这些人的经历都向我们传达了同样一个道理——进步是生活这 4 个方面不断完善的一个完整过程。我们在人类历史发展长河中的问题正好在路加（基督门徒）给我们所提供的证据那里得到解释。在人类智慧的光芒照耀下，真理闪现了：“耶稣集智慧、境界、才干于一身，从而能得到上帝和人类的共同爱戴。”

现在让我们来听听威尔弗雷德·格伦费尔先生曾说过的话：“人类要在生活中通过游戏、工作、爱和信仰来获得一切。”请多读一次，是不是同样的道理？

亲爱的朋友，不要再犹豫，去挑战吧！如果迎接了挑战，你又怎么能在拥有这 4 个方面能力的时候不加以使用呢？这太荒唐与反常了，请不要这样。

我想让你完整地牢记这第一个原则：生活是一个涉及 4 方面的事物，你的自我挑战计划将是一场包括身体素质、思维方式、社交能力和精神信仰 4 个方面的历险。考验来的时候，挺过去！你需经历的不只有一种，而是 4 种不同的生活。这是一个发展你那 4 种能力的机会，我们借由身体、大脑、心灵、精神共同来生活。使用它们、挖掘自身新的能力，不会掠夺你的快乐，反而会带来新的财富，帮助你从各个方面来吸取力量、从各个角度来拥有生活，从而输送源源不断的能量充实你的生命。

还有一个现象很有趣：你输送给生活的越多，你会发觉自己能够输送的也就越多。这也就是：分享越多，享受就越多；而且奇怪的是，在生活中你给自己保留越多的财富，你实际拥有的会越少。你付出的越多，你得到的回报越多，这就是生活中伟大的规则之一。我并非在高谈阔论，而是这条原理源自于我自己的实践经验。我知道，一旦你敢于使用你所拥有的才智，你能感觉到自己在变得愈加强大，不论是身体素质、思维方式、社交能力、还是精神信仰。而且通过分享这些硕果，你的这些能力也会百倍地增长。看吧！你将迎来一个更富裕充实的生活。

我再将生活的伟大规则重复一遍：最值得我们拥有的是那些能够被分享而不会因此减少的东西（即是那些越经分享越成倍增长的东西），最不值得我们拥有的是那些一经分享就消散的东西。开始吧！假如你根据自己目前的生活绘制一幅抽象的图画，它会接近正方形吗？

从现在起，不管它曾经是多么的不匀称，你都要敢于使它变得方方正正，就像正方形一样。

我已经学会运用纸笔来梳理好自己的思路。我也想通过这种方法在你的大脑中形成正方形的思维，以便它能够内化成为你的一部分。如果我不能帮助你为自己制订出明确的行动目标，那么就说明我自己也还没做到。

在这里，我已画出了我的正方形的方格图案。现在，请拿出一张纸，画上你的图案；要让四边相等；将“身体素质”写在左边，“思维能力”写在顶端，“社交能力”写

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

在右边，“宗教信仰”写在底部；在方格正中写上“我的方格”并签上自己的名字。

如果一个计划没能成功促使你开始做任何事情，那么它和印有这份计划的纸一样无价值可言。在生活中，我们常常只说不做。尽管这项完善自我的计划应该马上就开始实施，但如果你没有实际画出那个方格来并为它写上标签，就说明你并没有做下一步的诚意。

画完后，请认真地看着它，使它在你的脑海中成像，并时刻铭记这个看似平凡实则神奇的四方图案，它象征了更丰富、更充实的生活。在今后自我挑战的遥远征程中，你将会沿着这个标志不断前进。

你将会在接下来的章节找到一个明确的步骤，这个计划是针对那些下决心开拓自身潜能的少数敢于自我挑战的人制订的。如果你没有迫切感到需要这种挑战，那么就不要浪费时间继续下去了；如果你没有足够的勇气或信心，那么接下来的章节也难以帮助到你；但如果你能够并且愿意继续坚持迎接挑战，那么就请马上开始行动吧！

以前你度过的一直在保守着什么的日子将一去不复返。从现在开始，你将不再这样，抛开那些烦恼轻松上路吧！从现在开始，你已走上为自己安排的成功之路；从现在开始，你的目光不再盯向你的弱点而是注视你的能力；从现在开始，你在每天清晨醒来时不会再想些让人压抑的东西，而将是一些美好的计划与完成它的具体步骤。

当亨利·福特想找到一种不易破碎的玻璃安装在他的新车上时，他没有选择去找任何一位专家——专家总有无数的理由说它造不成。他告诉身旁的人“把这个问题交给那些有着雄心壮志的年轻人吧，他们有着满腔热情，绝不相信这种玻璃是造不成的。”最后他得到了这种玻璃。

啊！
力量之塔，
高高耸立，
四面迎风。

——丁尼生（英国诗人）

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章 财富买不到健康，而健康却能换到财富

我常常会想，如果我以前的老师乔治先生没有向我挑战去做班上最健康的男孩，那么现在的我将会是什么样子呢？当然，缠身的疾病将把我的时间、勇气和金钱都夺去，我很可能没有勇气去做那些现在我已尽力完成的事。财富买不到健康，而健康却能换到财富。

当下的许多年轻人在开始踏上一条他渴望通向成功的道路时，看到那些走在自己前方的成功者，总会试图从他们身上找出某种特质能够引领自己也进入成功者圈子。然而，他却往往发现其实人们很难了解到什么是事业成功所必需的因素。领导者们有的身材高挑，有的长得矮小；有的来自乡村，有的来自城市；有的满腹经纶，而有的却鲜少接受教育；有的天赋异禀，而有的则只是勤勤恳恳、踏实做事。我在一本以财富为主题的杂志中读到这样一篇文章，它刊发了一打以上通用汽车公司领导人的图片，并附带简略的文字说明。可以看到，没有两个人是来自相同的环境，每个人都有其独特的个性。但是我确实在这其中发现了他们的共性——每个人都具有的一种可贵品质，即精力（工作能力与敬业精神）充沛。从而我认为，精力（精神）是任何一位成功的领导者最重要的推动力。诚然，你能偶然发现一个精力少却也同样取得成功的人，但在每发现这样一个人的同时，你会发现 20 个或 30 个由于充沛精力而成功的人。

每次当我遇到沃尔特·彼特金，他都会以类似的问题朝我发问：

1. 我能够完成如此艰苦的工作吗？
2. 我可以长时间地坚持工作吗？
3. 在任何时候我都能保持有劲头和力量吗？
4. 我能够一直发挥较高水平吗？
5. 我所具备的用于最后冲刺的能量到底有多大？

这些问题带给我深深的震动，如果没有健康怎么可能保持精力充沛？在我们的公司，办公室和生产线上的每个雇员都必须通过一系列身体测验才可能被雇用。此后的每年，他们也都须通过一项严格的身体检查。这是为什么呢？因为人要把事情做好必须拥有一个健康的身体。就价值来说，健康者完全高于一个身体孱弱、不健康的人。

赫克斯利关于“生活是场竞赛”这一见解让我很赞同。他说：“诚然，生命、财富和我们每个人的幸福，的确依赖于我们对生活中游戏规则的无限了解程度。而这些规则相比于象棋规则往往更难理解也更复杂。这场游戏无数人都经历过，我们中的每个男人和女人都作为他或她自己游戏中的对象之一而存在。一个棋盘是世界，其中的棋格是宇宙中的各种现象，而下棋的规则是我们称之为自然定律的东西。棋盘那边的对手隐藏不出，但我们明白他公平参与竞赛、正确竞技并耐心十足。而当我们在付出某种交换后，也可以了解到他不容有失、杜绝疏忽。最善于利用规则的人会获得极高的荣誉，而那些

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

错误地使用规则的人将会满盘皆输，与成功无缘。”

如果你致力于今年秋天成为足球队的一名成员，或者明年冬天成为一名篮球队队员，那么在决定性的测验到来时，你必须保持良好的状态，这样你还会拒绝到为体育锻炼人员专门设置的食堂中进餐，同时采取有规律的作息、且进行虽严格但能有效增强体质的项目吗？在生活这场竞赛中，时间越长，你就越能认清每天都面临着严苛考验这个事实。每次你对自己的身体有所损害，像吃喝了一些不合适的东西，或者休息得不好，你将会可悲地发现某天当你需要爆发力，或是需要保持一个高水平的竞技状态，或是需要表现得劲头十足和活力充沛时，你都因受制于身体的衰弱无法做到，并因此付出沉重的代价。

生活这场竞赛远比足球或篮球比赛重要，但是它们都遵循着同样的规则：如果你时刻保持身体健康，让自己充满活力、满怀热情，那么教练在必须赢球时所选中的人将会是你。但如果你漠视这些规则，毫不关心自己的身体健康，那么“喂，下场去，你被淘汰了！”教练将会无情地把你换下，找一个更适合的人选来代替你。

健康是一个人成功的重要基础，健康是一个人成就自身事业必不可少的最宝贵的财富。更进一步说，健康奠定了一个国家进步的基石。迪斯雷利在 1877 年写作的一本著名的传记中说道，“在一个国家中，人们所有的幸福和力量都建于健康这一块基石之上。对于一个王国而言，有一批能力强且积极活跃的人居住在其境内难能可贵。这样就会有众多的生产者从而使得商业兴旺，艺术繁荣、建筑学发达从而使得陆地到处为庙宇、宫殿和美观的民居所覆盖；甚至也会拥有足够的物质力量来保卫和巩固所有这些，包括精良的武器和庞大的舰队。但是，如果这个国家的人口不仅在数量上持续地、逐年地消减，身材和力量方面也不断衰退，那么这个国家就会衰亡。因此我认为，一个政治家需要关注和重视的首要问题就是人们的健康问题。”

当我写到这一章的时候，世界正经历着一场经济衰退。每个人都被迫来背负这沉重的包袱，每个国家、商业机构和家庭都遭遇着一场突然的危机。在紧张的运动中，精神容易紊乱、脾气容易焦躁，如果再缺少补给，人们的身体和精神终将垮掉，那些没有财富和健康储备的国家、企业和个人是多么不幸啊！而那些有着强健体格的国民、能够承担重负而不垮掉的国家则是坚强的、伟大的。

大脑发出命令后，身体应该服从。“身体啊，当你肌肉松弛、肠胃不适时，你可以做些什么呢？当你感到筋疲力尽时，你又该怎样？含胸、削肩绝不能帮你登上成功阶梯的顶端。转身！强壮你的肌肉！昂首挺胸！”一开始这样做是困难的，但很快地，由于精力充沛、身体健康所带来的蓬勃活力会大大地激励你，会回报你的努力付出，会安慰你的灵魂，会坚定你的信仰。因为你敢于自我挑战，让自己变得强壮和健康了。

然而，令人觉得十分遗憾的是：经常在我们意识到它之前，健康就已失去了。例如，年轻人由于精力过剩，常常没有从严格意义上重视健康，将自身的精神和体力肆意挥霍。但勇敢的圣战者，我向你挑战，认真对待自身的健康吧！我曾经看到过一些满怀雄心壮志的年轻人，他们历经拼搏终于迈向辉煌成功的门槛，但就在最后关头由于孱弱的身体而使梦想破碎。于他们而言，这是一个十分沉痛的教训。已跌落山底时，再爬上去就十分费力；躺在救护车内也显然很让人心痛。为什么不健康地屹立在世界的巅峰？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有一位麻省理工学院的杰出毕业生，在给学生演讲时，几乎只谈到关于保持健康的重要性。他说，他如此强调健康的原因是由于他了解到有许多人恰恰是在他们将要收获长期奋斗的硕果时，因体力不济而使成功夭亡。

保持自身健康不会令人生厌。只要用你对待自己的汽车或狗的那种关心来对待你的身体就可以了，这并不困难。我还要向那些冷嘲热讽者挑战，他们竟然认为错误或反常的生活比正确的生活更刺激。这话是完全错误的！如果你能保持自身健康，你就可以享受到生活的无限乐趣，领悟到生命的无上意义。视生活为竞赛吧！从此抛却不良的习惯、不合理的饮食、无规律的锻炼、不正常的睡眠。你可以偶尔玩桥牌直到午夜，但不能每晚如此使得早晨困倦不堪，你要把握好作息时间。和每个人开车一样，我也可以开车去到任何地方，但我宁愿选择步行，因为这更有益于健康。我有很多类似微妙而有益的计划，坚持了保持健康的原则。

生活中，我一直满意于我的身体状况。为什么不为它感到高兴呢？健康是会创造幸福的。我的朋友常常对于我从未因疾病而浪费一天工作时间而感到羡慕。也同样是这些朋友，认为我是一个在健康方面很时髦的人。嘿！我竟然是一个时髦的人！这很值得。健康在我看来，一直是最有益、最令人愉悦的时髦事物，因为我每天都很健康，这不就是很新鲜的吗？一些追求时尚的人不愿参加锻炼，也不愿用规律的生活来约束自己，对于他们的生活方式，我宁愿选择自己实实在在的健康。

健康就是指通常那种好的感觉，并没有什么秘密可言。你不能要求你的车在没有适时供给汽油和定时检修的情况下，长年累月地跑动，又为什么会期望你的身体在没有获得这同样的最低要求下持续工作呢？你应该不会把一只狗或一匹马整天关在笼子里而不给它们一个活动的机会，那么当你以这种方式来对待自己这一台无价机器时，又怎么能期望它不出故障呢？每个人都深谙此中道理，但少有人会对此采取行动。我一直对人们为什么不愿意努力锻炼好自己的身体的行为感到难以理解。

就像不喜欢剃头刮脸一样，对于每天清晨从床上爬起后，弯下腰用手触地 20 次，接着进行千篇一律地看起来枯燥的这些运动，和以一定的姿势向上伸展全身的这些练习我也不感兴趣。但即使我不喜欢锻炼，也不喜欢刮脸，我还是会去做这两件事，我可不愿意带着满脸胡碴出现在办公室里，这将使我在同事眼中的形象大打折扣。一位苏格兰的朋友曾经跟我说，他不喜欢酒的味道。我问他："那你为什么还要喝它呢？"他告诉我："我喝酒就是为它带给我的那种效果。"同样的道理，尽管我不是特别喜欢早晨锻炼，但我确实喜欢它带给我的效果。甚至我的苏格兰朋友也同意这一点：锻炼会带来更多更持久的效果，有些还很奇妙，而且它也更利于人本身。

你要去锻炼，我向你挑战，去锻炼吧！你会享受到因为保持身体健康所带来的美妙境界！你会因此而重视生活（这是如此的不易而不凡），从而以正确的态度来投入战斗。看我举的这个例子：

约翰和乔治两个人同时开始进行锻炼。约翰每天清晨不情愿地慢慢从床上爬起，心想："唉，太讨厌了！又要去做那些该死的练习。"然后他完全把锻炼当成是一种折磨，很不耐烦地把它们做一遍。这样，几天或几周后，他就开始敷衍了事了，逐步地减少运动量。有一次，他回家很晚，第二天清晨他感到非常困倦，就没有做。他甚至觉得：对

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

自己来说，多睡几分钟相比做早操更有益。他对此感到很满意，很快就给自己找到了100个不做早操的理由。从而停止了锻炼，还欣然觉得这样做对自己是诚实而有益的。

现在我们再来了解一下乔治。他坚信每天清晨的锻炼能给自己带来一整天更好的感觉，而不做早操会让自己一天都感觉沉重。他把这种想法投射在脑海中并随时付诸行动。当闹钟一响，两个声音在他耳边响起，一个说："你根本没必要做早操?"另一个声音说："乔治，一切就绪，现在将开启你本周最伟大的一天。伸展四肢，因为你需要比昨天长得更高；用冷水沐浴，加强全身的血液循环，因为你需要一个强健的体魄。"这时他将听从哪个声音呢？对，后者。当他遇到像约翰一样回来得很晚的情况时，第二天清晨他就会这样告诉自己："昨晚睡得比平时少，大脑有一些迟钝，正因如此更需要充沛的体力来迎接那可能正走向我的机会。我不可以变懒，快起来做早操。"这样，他得以坚持了下来。

我有一个年轻的朋友，他常常抽烟并且不愿进行日常锻炼。他告诉我说："我讨厌自己站得笔直像一个警察一样，也讨厌经常对自己说不应这样做而该那样做。如果我成功戒烟是通过棍棒威胁自己的话，这根本不利于我。我喜欢做的是自己想做的事，也许强迫自己每天清晨锻炼能给我强健的身体，但这肯定会慢慢改变我的性情。我不愿意这样。"

这种想法也不无道理，大多数人都在这样做。但我向他建议，让自己喜欢上去做那些原本自己讨厌做的事。这听起来似乎有些自相矛盾，因此也换来了他对我的嘲笑。但不久以后医生就向他证明了应该这么做。在他的重病得到治愈后，那个把他从危险关头救出的医生对他说："现在，你又可以回去继续抽你想要抽的烟，但每当你把一支香烟点燃时，你就告诉自己'这会让我更难以回到以前精力充沛的状态'；当你早晨起床时，你就告诉自己说'我不做早操，又会很快回到病床上'。"那位医生深刻地理解了人类的天性，知道他的病人只愿去做自己喜欢做的事情，他通过这样的话语让做错误的事变得困难而做正确的事变得容易。习惯控制了我们大多数人的行为，而这些习惯也大多与思维有关，因此改变人的思维方式能使一个坏习惯变好。

我曾在很久以前发现有一个日常的习惯正与我的见解相符。一位医师的文章"大气与肺结核之关系"中所提及的那位老作家，在下面这段话中谈到步行：

"啊！这一天 3 次 2 千米的有氧运动真是最好的药。它不仅最好而且方便廉价，对各种年龄、各种体质的人也都适合并且乐于服用。它是无穷智慧的专利，有着神授的金章的认证。它可以治愈四肢冰凉、头脑昏热、脸色苍白、肺部虚弱和坏脾气。两三个人一起步行，效果会更显著。这服药历来几未失灵，它历来都能使敌人和解，使夫妻间的争吵得到平息，使政见不同的党派成为一个国家双倍的财富。在大城市中虚假的东西随处可见，但是当你踏上乡间小路，置身于青草之上旷野之中，抑或站在山巅，你会感觉犹如处在完善的大自然实验室中那般完美。"

我遵照这段话来行动，每天步行 500 米。基于同样的原因，我尽量遵循自然规律，每天喝 8 杯水，保持 7～8 个小时的有规律的睡眠，而这些都使得我每天感觉良好。我每天遵循它们，并非因为我有头痛或心痛，而是为了促进体气畅通、血液循环，拥有明亮锐利的眼睛、安宁的梦境和上佳的胃口；我每年去看两次医生，并非因为我身体不适，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

而是为了确认自己更健康。

如果我们的“最值得拥有的财富是那些越经分享越加倍的东西”这一理论是正确的，那么个人身体健康所产生的光芒能够被分享吗？我们应如何使用生活中充沛的体力给我们带来的快乐呢？走在街上时，当我们迎面遇到一位昂首挺胸、肩膀宽阔的人，谁又不为他的神采飞扬感到精神振奋呢？这种健康的辐射不仅有益于整个群体，对辐射源（健康而开放的人）本身也是丝毫无损的。在他帮助别人的同时，他对美德与力量的爱好与追求又得到了增长。

约翰·比尔医生是我的朋友，他在培养拥有强健体魄的男人和女人方面成绩斐然，他本人也为自己的理论提供了活生生的例子。他拥有着优美的体型——个高身直、胸膛结实，明亮清澈的眼睛，红润透亮的双颊。同他的病人一道，他分享着杰出的自我。

医生向每个病人慢慢灌输热切渴望拥有强健体魄的思想，并广为流传。不难想象，大家都乐于接受我们向别人传播的这种健康福音。这真是太棒了！我们自身也会因而拥有越来越多丰富美好的健康。

我希望你会制订出一套较为完善的健康计划。在那些竞争激烈的战斗中，成功与否完全取决于你自己。丰富充裕的健康在你的事业中举足轻重，是何其大的资本与享受！充沛的体力就是你人生道路上事业成功、生活幸福的基石。现在你必须非常确定自己热切渴望身体强壮，我们从实践中认识到那些不让你正确与健康的东西就是你最凶险的敌人。因此，我们必须奋起抗争！一旦现在的你已经立即施行你的身体挑战计划，便可以将这本书舍弃。

就有关身体锻炼方面，我已经提出一些建议，这些规则对我的一生都大有裨益，而且都很简单易行。我不得不强调一直对身体健康做出重大贡献，让我受益一生的这些习惯：8 小时的睡眠，开窗换气，早晚有规律的日常锻炼，适量吃符合自己胃口的食物，保持正确的行坐卧姿势，每天步行 500 米，中午参加户外活动，定期进行旅游度假，晒充足的日光浴等等。此外，我相信那个挺身走路、气度不凡的人也能端正地思考人生的所有问题。最后我想说的是，我一直跟我的雇员、我的家庭成员和每个我所遇到的人都谈到健康，正如我曾说过的，他们曾认为我有怪癖，但我希望鼓励我面前的每个人都能拥有良好的健康，所以在我去世前我都会始终坚持这样做。

但也不要认为我正试图帮你制订一个针对你身体发展的完整计划，因为那是你和你的医生或其他一些称职的人该做的。我想做的只是把这种想法输送到你的脑海中，让你自己产生挑战自身体质的迫切念头。如果你已决定塑造自己的身体，那么在接下来 12 个月的时间中，试着向你自己提出如下的问题：

1. 我现在的身体状况良好吗？
2. 如果不是，我将因此要做到哪些？
3. 今年我将需要克服什么缺点？（例如：不良姿势，平胆的胸部，过重，过轻，缺少睡眠，消化不良，便秘，头痛等）
4. 我要怎样去克服？
5. 新的一年开始后，我有哪些重大的挑战计划？
6. 我能否精力充沛，顺利度过“击败我的最好”的这一年吗？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

7. 为此我将要具体做些什么？

8. 我能始终坚持这个挑战直至取得最终胜利吗？

我很肯定地对你说，当回答完上面这些问题后，你就能制订出一个非常明确的计划了。

我有一位同事一年内在身体素质方面获得了重大的改善。他给出我下面这些目标，这使他实现了由失败到成功的转变。

目标	要怎么去做?	我是否照做了?
消除陈年旧疾	在我生日——2月15日那天，做一次全身彻底检查，并且于3月30日前把医生推荐的方法一一付诸实施	2月15日做了检查，医生建议我治疗牙齿，3月10日我照做了
	遵照医生的建议一天只吃一次肉	成功了
在一个月内逐渐减少吸烟次数，最终戒掉烟瘾	在大斋期不吸烟，减少吸烟次数	是的，我照做了
获得更充足的睡眠	每晚平均7小时，8小时更好	照做了
呼吸更多新鲜空气	睡觉时记得把窗户打开	只错过了两天
矫正便秘	每天早晚各进行10分钟锻炼	12月3号照做了
矫正弯曲的双肩	在办公桌上放一个提醒标志，写上“不要弯腰”。每天靠墙站立，做至少五次“收腹、直背、挺胸、颏”的训练——背、肩、头都应挨着墙	照做了
实行有规律的步行计划	每天步行1千米，不要给自己找借口说没时间	做到了
平衡我的饮食	多读有关饮食和健康方面的书并从中受益 每天多吃一些有益健康并合乎卫生习惯的谷类食物	做到了
	每天只吃一次肉，吃一盘蔬菜沙拉	做到了
减肥，去掉5磅体重	减去中午的甜食	做到了

我来补充一些例子，使你能保持自然的正确姿势，并给你推荐3个简单的方法来练习。

当一个人坐在我办公室的椅子上的样子是塌着腰像要从椅子上滑下来时，我真想提着他的脖子像鸭子一样拽起他来。

当一个人能坐得笔直，我相信他也能进行正确的思考。

当从一个昂头、展颜、宽肩、收腹的人身旁经过时，我也会受到激励而挺直身躯！

在吃饭的时候，当我看到坐在对面的一位女孩双肩无力地耷拉着，弯腰弓背的样

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

子，我忍不住想对她吼一声："坐直了！"

你属于上面4种姿势中的哪一种呢？你不能随随便便、应付了事。如果姿势不正确，这就意味着你的身体观、生活观乃至人生观都不健全。我们大多数人都认为自己的姿势还行，但实际并非如此。尤其可笑的是，还有的人认为自己即使随便，姿势看起来也会很优雅。明天早晨洗完澡后，你可以站到一面长镜子前用一束光照照自己，通过投在白墙上的影子来观看自己的侧面像，让你的妻子或室友把你与以上4种姿势比较一下，然后告诉你属于哪一种。在一面墙上记下你的身高，因为你会观察到在以上几种姿势中最好的一种会使你显得更高。如果你将你的姿势矫正好，你的实际身材也就会"增高了"。应该没有什么能比你在新的一年中增长身高更划得来了吧？

你花了几年的时间形成了现在的姿势，所以不要期望一个晚上就矫正好，至少要允许几个月的时间来使它获得改善。记住，姿势在很大意义上其实是一个思想意识问题。如果你能记得时刻保持身体平直，那么某种意义上，你就做到思想正确了。为了帮你强化记忆，请每天尝试以下3个简单的动作。

3个简单易行的每日姿势训练：

1. 收好腹

在你每天早晨起床前，从头底下移开你睡的枕头，背仍躺在床上，两只手放到颈后，牵引你的腹部，尽量将你的肠牵引到两肋下。这样每天做10次，晚上睡觉前做10多次。

2. 站得直

站在床边，把手放在你的头顶，将全身向上伸展到最大限度并保持一秒钟，然后放松，重复10次。晚上睡觉时，也重复做这个动作。

3. 保持正确的走路姿势

在出门后，当你在平常行进的第一条街区上步行时，时刻记得提醒你自己，要像你正走在一队通过市民前接受检阅的士兵方阵中一样，收颔、挺胸、收腹。"突出你的第三个马甲纽扣。"而在其后的一周，试着在两段街区上做这一动作。如果你开车上班，也请在下车后以这种姿势步行一段距离。经过一段时间的训练，从此以后，无论你什么时候开始步行，你都会习惯挺直身躯走路（挺身走路的人会挺身而出）。你也会发现，挺直身体，步伐轻快会让你有脱离拘束的感觉，同时这也能使肺内吸进更多的新鲜空气，让你的血液循环更加流畅，也因而获得更棒的身体。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章　你是你自己思想的产物

喂，听好！如果你没有首先学会服从就不可能去成功指挥他人，如果你没有经过培训就不可能去动员和指导他人。脑子里满是帮厨思想的士兵只配待在厨房里，而具备一位将军的思维方式则可以使他真正成为将军，取胜的想法往往都是在上前线打仗前就已经产生的。思想是恒定的，当人自我挑战以获得伟大的成就作为奋斗目标来进行思考与行动时，这对于思想来说有着怎样的意味呢？这个问题你应该回答：我即思维，我即思想。

萧伯纳（1856～1950年，爱尔兰剧作家，著有剧本《华伦夫人的职业》《康蒂姐姐》《魔鬼的门徒》等）教授在《皮格马利翁》（该书名源于希腊神话中一个人物，他热恋自己所雕刻的少女像）这一本书中，声称他能够使得一个在贫民窟中长大而相貌端正的女孩成为一名真正的淑女。他对那女孩说："你要像一位贵妇一样去思考，像一位贵妇一样言谈举止——蹩脚的英语只能使你永远活在贫民窟中。"而她回答："别来打扰我！我没有时间做这些事。我现在需要考虑的事情已经够多的了……"

你在说什么，你没有时间去做这些事？胡说！你拥有和别人一样多的时间。你最好找来阿诺德·贝内特的小书《一天二十四小时应怎样度过》读一读，花不到一美元就能为你开辟各种可能性。你已经做得很好？好吧，来看看你的研究课题进行得怎样了？你没时间去更深一步地研究吗？因你遵奉的真理使你没时间做其他的事？太荒唐可笑了！不敢接受挑战的思想一无是处！

种种无用或平庸的思想的确常会与你的行动相悖。就像你不应找自己不去锻炼的理由一样，敢于自我挑战的人不会找不思考的理由。高额的奖赏是准备给那些敢于思考、勤于思考，并且能进行创造性思维的人的。我已在商务中度过了大半生，接触过大量的人和事，但还从没有看到过一个人渴望与追求各种思想并都因此而获得。这太困难了，人的思想中似乎有很多是不可能的。但这又能怎样呢？我们坦然接受不可能之物，而对那些可能之物我们也绝不放弃！一直以来，带动着人类文明向前发展的始终是思想这部发电机。

史迪芬孙在还没铺设铁路以前，就产生了发明火车的念头，但他的思想在许多年后才被接受。而在今天，各种想法都能很快获得一名听众。现代社会是伟大的，这个世界变得更加开阔宽广，任何的事物都有其存在与发展的机会。至于工业，也在思想家与劳动者们创造性思维的推动下，不断地发展前进。

若干年前，一位奥伯林大学的教授曾在课堂上，对自己班上学生预言说："未来的某一天，将出现一种称为铝的新金属，它会被大量生产，用于多种地方。"他又说道："到现在它一直没被发现，那个能提炼出它的人将因此获得一笔巨大的财富。"这番话被

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一个名叫查尔斯·霍尔的年轻人记到心中，并在其脑海中铭刻。他是一位去西印度传教的传教士的儿子，当时还不到20岁。他用那位教授为他准备的小炼炉开始了工作，并成功提炼出了一滴纯铝，然后又大胆地去研究，最终发现符合商业用途的大量的铝。是的，他做到了。当他去世时，他将自己大笔财富中的1/3给了奥伯林大学，1/3给了外国传教使团，其余1/3给了贝利学院和美国传教士联谊会。查尔斯·霍尔从奥柏林大学获得了一种想法和一项挑战，而他则以丰盛的果实回报了母校。查尔斯·霍尔本人勇于自我挑战并经由正确的奋斗获得成功，而整个世界也因此受益。

我们或许已经发现了这个世界大多数未开发的领域，但总还有一些领域处于前方，等候精神上的哥伦布、思想上的皮瑞（1856～1920，美国北极探险家）、有计划的伯德们前去探索。人类的幸福只能建立在思想之上，体能上的历险能带给我们的刺激与兴奋还不及思维历险会带给我们的一半。当然，健康的身体与创造性的正确思考是相辅相成的。而当我们先后或同时都掌握了它们，便能肯定成功与幸福就在不远处了。我很遗憾的是，有这样一种人（不论年轻还是年老），他们甚至都不能跳出现有的世界去静观一本书或反省自身，更谈不上去忘我地奋斗了！这类人是没有前途没有意义可言的，他们注定得不到成功的快感与幸福的体验。而严重的是，有如此多的人从学校毕业或结束一般工作后，依然不认真地去探寻，最终与生活无缘。他们活着的目的单纯是为了减少痛苦，而非获得幸福。这样的人是令人瞧不起的！

人们在西奥多·罗斯福去世时，发现其枕头下还压着一本书，直到人生的最后一刻他还不忘从他人的思想中吸取营养。你读过阿贝迪迈特的《思考的艺术》一书吗？如果没有，赶快去买一本；有的话，要记住是自己拥有一本，而不仅仅是到图书馆借着读一下，这样做不会浪费你的时间，它的每页内容都奇妙地带领你进入到一个崭新的思维王国中去；如果你早前已经有一本的话，请掸去上面的灰尘好好重读一遍。你进步的最大障碍往往就是停滞不前的思维。

卡勒斯·凯特林，时任通用汽车研究公司的总裁，并且是美国最具有敏锐创造力的人之一，我曾与他共度过一个下午。他搬到这座城市并出名后，听说他的母亲仍住在家乡村庄的老屋里点着煤油灯过日子。他一定要去弄清楚为什么她不能拥有自己在城中寓所那样的明亮灯光呢？他这样做了，远程传输系统因而产生，它照亮了我们乡村的农舍。这只是一件，在获得解决后，又出现了更多让人感觉不便的问题。

凯特林先生对要从车上跳下来才能发动汽车感到厌烦。他想：为什么不通过仪表盘上的一个开关来使汽车发动呢？一旦这样的创造性思想产生，经过一段时间的研制与试验，自动打火装置诞生了。后来，他又发现因为每层漆都需要一定的时间来风干，完成一辆汽车的喷漆需要31天之多。喷漆工人聚起来商议后认为，即使尽全力，全部喷漆完成最多也只能减少两天。凯特林却说他想在一小时内做完这项工作。他被认为简直是疯了，但令人惊奇不已的是，他竟然真的发现了这样一种方法。曾有一种在玩具上使用的瓷漆能快速风干玩具的颜色，但却不能用在汽车上。原因是“它干得太快。”——当用它往汽车上喷时，这种漆在到达汽车表层前就已经干了。于是凯特林先生继续寻找别的涂料，直到最后，终于诞生了“杜科”，使得整部汽车喷漆的完成只需一小时。这是

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

真的。

在一次会议上，凯特林先生把一批汽车生产商带到他的会议室里。他让他们写下自己对今后 4 年所希望的发展预期，并把文件留在他的办公桌上，然后带他们去参观了他的研究实验室，展示给他们各项研究的进展情况。一回到办公室，就有一个人抓起原先他写的文件撕得粉碎。“嘿，你在干什么?”凯特林先生问道。那个人回答说：“现在我知道了，我们所希望的原来只是那不值一提的 5%的进步，原来我们不知道该怎样取得足够的进展，你领先我们太多年了。”那个人以此表示了钦佩并反省了自己的不足，凯特林先生会心地笑了。

在圣路易斯的华盛顿大学，有一位杰出的脑科手术医生担任着脑科手术诊所的主任一职。他的手术简直可称之为一个奇迹，求医的病人甚至从几千千米外赶来。年轻的医科学生常称他为“幸运的家伙”并感叹“这个人的技术简直是与生俱来的”。但是请等一等，让我们一起来看看他——欧内斯特·萨克斯医生的成长经历。

若干年前，当他还是纽约一家医院的实习医生时，他们医院的一位领导慨叹于这样一个事实：绝大多数脑瘤都是致命的，几乎无治愈的可能。不过这位领导预言说，会有一位杰出的医生在未来的某一天勇敢地去探索出方法来挽救这些生命。啊，年轻的欧内斯特·萨克斯来挑战了！他就是那名后来能治愈脑瘤的杰出医生。他敢于面对一项几乎看不到任何希望的任务。要知道在当时，比同时代任何人都更了解大脑解剖学的是英国的医学专家、脑科手术的先驱维克托·霍斯利大夫，在美国，并没有多少成功的脑科手术的先例。因此，萨克斯医生只能去追寻他，获得在这位英国科学家手下从事研究的机会。但他先做了一件有趣的事后，才去英国开始研究工作。

他到德国某学院进修了 6 个月以使自己在应具备的知识和技能方面更加精深，很少有年轻学生主动愿意这样去做。显然，那位英国科学家对于这个勤恳真诚的年轻美国人勇敢攀登前沿科技的高峰并能花 6 个月时间预先准备很是感动，便把他带回自己家中。他们一起工作了长达两年，对几十只猴子做了长期而复杂的实验。他们最终成功地发现了克服脑瘤的技术与药物。而这段经历也为萨克斯医生未来事业的发展铺平了道路。

当他返回美国寻找机会去治疗脑瘤时，却得到了人们的冷嘲热讽。多年来，即使工作中他缺乏设备，身上那股一定要把事情做成做好的不可征服的冲动却从未失却，他一直不断地与挫折和困难作斗争。当然，现在的情况获得了改善，大多数脑瘤患者已经被他治愈。此外，萨克斯医生还培训了许多年轻医生并把他们分派到这个国家的不同地区，使得每个地区都有一个靠近居民家园的脑科医生。由此，他与他人分享着自己的才能。他的《诊断和治疗脑瘤》一书已被认为是在这个尖端领域里最具权威性的著作之一。

下面请来看看另一个故事：

黑夜里，“咚！咚！咚！……”一个塞尔维亚的牧羊童在敲击一把长刀的柄。刀刃被埋藏在牧场的土地里，这样声音不能被躲藏在附近高高玉米地里的抢劫者听到，但却能传到散布在牧场里的其他牧童耳中——他们每个人都通过将一只耳朵轻轻地贴在地面

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

上来接收这些声音。这些塞尔维亚的牧童们通过发明这种独具创意的以地面来传递信号的巧妙方法，机智地战胜了那些在黑夜中利用玉米林作掩护偷偷潜入的罗马尼亚的偷羊贼们。

有一位牧童一直记得这个通过地面传递信号的方法，尽管其他人长大后都忘记了。25 年后，他把这个方法所基于的原理应用于实践，完成了那个时代最伟大的一项发明。由此，迈克尔·皮顿——那个原本出身低微的牧童，使电话从一种只能在一个城市之内通话的设备改变成为能在一个洲之内通话的长距离通讯设施。

爱迪生和马可尼（1847～1937 年，意大利电机工程师，无线电报发明者，1909 年获诺贝尔物理学奖）等人是过去社会思维能力非凡的思想家，现在的我们也渴望这样伟大思想家的出现！过去 100 个新发明产生的地方，会在未来诞生出 1000 个新发明。世界信息无穷无尽，聪慧的你可曾收到？请自我挑战！去发明它们。发明是什么？发明就是“发现光明”。如果人类不去发明创造，就仍将长期置身于深深的黑暗之中。

不久前，我读到过一篇文章上谈到有人在 20 年前预测 20 年后的境况：在人们的家中，和冬天可以人工加热一样，夏天也能人工制冷；交通运输将迥异于今日；人们的穿着会有不同；思考问题的方式也与现在不一致；生活方式也会大不一样。会不会出现这样的情况呢？要知道其实这些，今天都已经得到了实现。我赞美人类，赞美人类这些伟大的发明！由此可见，发明人类的正是人类本身而非其他。“劳动创造了人!”既然这样，我亲爱的朋友，你要做那个空等着然后让自己适应变化的被动者，还是即刻就成为那个带来这些新变化的勇敢者呢?

你这样辩解：“我没有创造发明的机会。”没有机会？简直是一派胡言！在每天的每分每秒里，创造的机会都在朝你招手致意。一些最伟大的发明可能来自于能够以一种不平常的方式来解释平常现象与平常问题的思维中。

一位教授在一次扣背心纽扣时突然产生出一个伟大的想法——这个想法的产生仅仅是由于他的背心没有扣上。他的小女儿把纽扣洞中的某些部分给缝合起来了。就像往常一样，他的手指进行着扣纽扣这一复杂细致的工作……你也可以亲自尝试一下，但你要保证将拇指和其余每个手指的每个动作以及它们的移动过程都记录下来，然后你就可能发生像这位教授一样的故事了。

他和平时一样扣着纽扣，这时，一件事发生了，一个纽扣没能扣上。他的手指无助地摸索了一会儿，然后发出一个求救信号，惊醒了意识，眼睛向下看……一种新的思想从而诞生，更准确地说，是一个对古老思想的新的理解出现了，这位教授发现手指能够记忆，也就是现在人们常说的生理记忆。

接着他开始在自己的班上演示同样的游戏，而结果都一样。他发现：如果人们持续着做他们平常所做的事，他们的思想不会运行，只有在发生诸如缝上他们的纽扣洞、偷拿他们的笔记本、打乱他们日常生活的顺序、使他们面临失败威胁这样的事时，思想才会做出反应，采取行动。

由此他得出了一个结论：人类的思想是“一种应付紧急事件的器官”，它尽可能长期地移交所能想到的事给身体的其他器官去完成，只有在旧的做事顺序不再运转时，它

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

才会接替做这项工作。而这个理论也被证明是伟大的，被人们普遍接受。

我感激纽约《时代周刊》能做出以上关于一个人扣背心纽扣这样的报道，在历史上有太多诸如此类把我们的思想弄得混乱的平常事。

一天，丹麦的费赛斯（1860～1904 年，丹麦医师，曾获 1903 年诺贝尔医学奖）博士站在窗前，漫无目的地看着窗外。他发现，有一只猫躺在阳光下打盹。当树荫渐渐拉长使照在它身上的阳光被阻断时，这只猫醒了，站起来走到有阳光的地方。树荫又慢慢移过去，而这只猫又重新走到有阳光处。是什么使得这只猫一定要待在阳光下？这唤起了费赛斯博士的好奇心：如果光和热有益于猫，它们会不会对人类有益呢？这就引发了他发明闻名世界的日光治疗法。

托比飞行器的发明者伊戈·艾崔克，其灵感来自于印度一种叫亚那尼亚的种子的形状。这架天然“飞机”向上伸展的翼尖也成为战时德国著名战斗机的原理。

著名的心理学家霍姆斯博士说：“95％的人都在进行一种漫无目的、不着边际且飘浮的思考，而仅有 5％的人有其思索目标的明确指向，并能得出明确的结论。”

你们——在思维的王国中勇敢的冒险家们，虽然并非你们每个人都会成为下一个豪斯、凯特林、萨克斯，或者是费赛斯博士，但你们并不胆怯去对付这种不可能的情况，是吗？那些害怕面对挑战者的最后回答是“这做不了”。而你们，勇敢的十字军骑士们，所有的易事早已完成，正在积极寻找的是那些不可为之事。现在，让我们勇敢地去面对这诸多不可为之事吧！

你必须亲自完成那些为对思维能力进行挑战而制订的计划和你思维能力的自我发展，在此请允许我向你提一些建议——它们是我在自己生活中发现的，很有价值。我认为没有人一出生就是一个天才。关于天才的定义，我越来越对托马斯·卡莱尔（1795～1881 年，英国作家、历史学家、哲学家）说的一种能勤奋工作的无限能力表示赞同。你已经听到这句话无数遍了，但你从中受益了吗？你藐视天才吗？如果你是天才的话。

有一次，我们的一位销售经理正谈及他一年前所雇用的年轻销售员中的一员。那个人看起来极富个性，仪表端正好像很有能力并且能持续地好好做事。但后来他却没能继续做下去。这位销售经理告诉我，这个人只是个“平庸的笨蛋”并解雇了他。因为这个人看似对每件事都知道一些，而要与他进行有关专项问题的讨论时，他就说不出什么来——他就像漂浮在表面的泡沫。我由此回想起在印度洋上所看到的那种飞鱼，它们飞行到空中一分钟，在阳光下振翅颤动，闪烁不定，随即沉入海底。谁会愿意做一条闪烁一分钟，然后就消失在人们视野中的飞鱼呢？

不管现实怎样，让我们的思维服务于自己是如此容易，但此时最大的诱惑是不愿开动脑筋，这源自思想本身的惰性，所以我们也必须向思想挑战！我们看一下报纸标题，就认为能构成我们对问题的评价，却忽视去阅读月刊杂志上能给我们提供关于那个课题的丰富知识的学术文章；我们听了几分钟的广播就自我满足地认为自己对交响乐了如指掌；我们读了一篇关于某场话剧的报道，就决定自己没必要亲自去看话剧本身。这些都是常人的一般认识规律，但如果你能更深入阅读，我敢肯定你会超出常人

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的水平。

我向你挑战，你可否相当透彻地了解每件应该了解的事物？它是什么？为何这样？还会怎样？这需要你自己做出判断，然后下定决心把这件事弄明白，而且要做得优于其他任何人。做这件事时，你必须深思熟虑。当代社会在飞速发展，一切都在如光般超速流动，如果不进行绝对同步的思考（这要求思想者有极大的能量），没有人能获得对世界深层的了解。这样做不仅需要时间更要付出辛勤的劳动，但你从而会深刻地去理解一件事物，这件事对世界，对我们，对我都是意义非凡。

我记得有一个故事，是关于很早以前人们常常谈到的、住在我们村里的老比尔布朗的。每年春天，他通过向一对牛呼叫“向左”“向右”来犁地，但是这两头牛却常常根本不理不睬。比尔布朗说：“它们总是按照自己喜欢的方式乱走。”还埋怨道：“整块地被犁得不成样子。”每位圣战者都不会放松对自己思维力量的控制。人是聪敏机灵的，又怎能被思想之牛引着到处乱走呢？生活必须继续行进，田地也必须被耕作，而生活和耕作的方式都应从长远来考虑。记住，你就是那些将成就一番事业的圣战者之一。即使只犁出这一块垄沟，你也必须犁得比以往任何人更好；即使你只获得几十升收成，你也必须获得比以往的更好。不要恐惧，你已经意识到没有充分思想和合作所导致的严重缺陷和更大危险，这更会促使你的思想广罗万象并与人分享由之而生的巨大力量。这种力量经分享不仅不会消失，反而会变得日益强大。你的力量之源，无穷无尽。

培训自己去参加战斗。通过利用业余时间进行学习能使你自己适合承担更大的责任，通过有选择性地阅读各类图书来提高你的文化修养并刺激你的大脑进行思考。就在此刻，为什么不把你必须一读的专业书籍的名字写下来……你明确自己需要前进的方向，那么请通过读书和写作来更深层次地探索这个领域。我愿意给你介绍我的这点粗浅的经验，帮助你筹备一项小的计划——“我将每月读一本书”。你可以在这本书的最后空白的一页写下可作参考的文字，便于日后看看这本书的要点，也许它们会给你带来灵感与益处。

为了让你的思维圣战顺利进行，你必须对自己进行培训，就像你必须培训自己来应付生活中的体能竞赛一样。如果你节省每日花在阅读报纸连环图画版的时间，并用到做这件事上来，你将会受益无穷。

我一直喜欢阅读好书。这些书的书名，和它的内容一样，可以不断激励我去冒险。印象里我读的第一本书叫《目标》，现在已经记不清是谁写的。当时我还是一个顽皮的孩子，从妈妈那得到的。深深激励我的，正是这个书名。后来，我又读了马格莱特·沙特利的《不可能的魅力》、迪龙·沃尔斯的《旷野的诱惑》，这些激动人心的书名震撼着人的灵魂，让你开始想有所作为。还有许多书名也深深吸引了我，像《永不停止的目标》《巨大》《伟大的人》《追求卓越》《你想你能你就能》《神奇的愿望》《男人如铁》等。我也很爱读彼特金的《成功心理学》、威格姆的《谁是成功者》。或许有人会嘲笑，但在某种意义上，和书的内容一样，这些书名给予了我挑战的勇气。

我曾听到一个人这么描述我——“他有随身携带笔记本的习惯”。是的，这是我长期以来养成的习惯之一，它已经在多件事上被证明是非常有益的，对提高人的记忆力确

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

实非常有效。而且携带一个笔记本在我看来是一种最有效的记忆辅助手段。我经常在我的内衣口袋里揣一个，甚至放一个在我的枕边，许多次半夜醒来我会匆匆记下一些东西，如果我手边没有纸和笔的话，我或许将绝不会再记得这些事。

说到习惯，你将如何处理现在正愚弄你的某个老习惯呢？我认为该采取的对策是改变旧的做法并反过来也“戏弄戏弄”它。若不能按照自己的方式通过内在的力量来控制任何习惯，这种窘况真令人感觉可笑。

我们公司广告部的一位员工告诉我，他长期抽烟，这个习惯正在愚弄他——从他身上不断掠夺走他的“健康储备”。因此，他下决心反过来“戏弄”这个习惯。他通过以下方法，扭转形势：

他知道如果他踱来踱去难过于自己不能抽烟，便又会沉沦下去。那么通过强制他的意志力来控制呢？虽然方法是正确的，但这样会使得他脾气暴躁，工作也因之受到影响。因此，他决定每当自己想抽烟时，立刻用一个新习惯来取代。

他告诉我，现在我们可以知道当他站在一扇开启的窗前做深呼吸时就是他想抽烟的时候；当他“咔啦”地清喉时就是他想抽烟的时候；当他吃完饭后立即刷牙时就是他想抽烟的时候。通过这种方式，他利用新习惯代替了以前抽烟的老毛病。

约翰是一个伟大的梦想家，他将城堡构筑在千米的高空中——并把它留在空中。

比尔也是一位梦想家，他也同样建筑自己的空中楼房，但他有能力把这些城堡落到实地。他把它们堆积在自己面前，然后向它们发起进攻，并对它们的反攻予以回击。他毫不留情反复拷问自己：我的梦想能否实现？就像任何一位警官对待一名犯人那样严厉；他从城堡中除掉那些杂乱无章、毫无价值的梦想，就像从火堆中拖出一根湿木柴那样坚决。但他会立即执行那些有价值的思想，并命令它们变为现实。嗯，是的，比尔是一位梦想家，而此外，他还有能力去检测、挑选，然后使自己的梦想变为现实，这就是他的与众不同之处！

试试比尔的方法吧！你也有梦想，它们会变为现实的——但我想问你那将会是何时？也许你会有些难为情“不久……”，或者低声嘟囔着“我已经做过……”，我的朋友，难道你没有感觉到羞耻吗？现在，听我说：赶快去做那些你需要做的有意义的事吧，太多了！我希望听你说“我正在做”！

我们中的大多数人都想成为今日的萧伯纳或爱迪生，但又有多少人愿意去做多年前的那个萧伯纳或爱迪生呢？那时的他们不断地辛勤工作、学习、参加各种培训，如饥似渴地从他们所知的有益事物中汲取营养。只有具有了所有这些，才能与日后自己所成就的名声相符。去问问你的那些作家朋友们，有哪一本书不是经过几个月、甚至几年的辛勤工作才创作出来的？没有谁能不首先吸取就给予，你自己都没有怎么谈得上给予别人呢？在这里，请容许我给你一项挑战，一项明确的对你思想的挑战：在连续不间断的一个月时间里，无所畏惧地去探索某个未知的领域。在你读一本书时，不要让作者替你来思索那些本该是你自己来考虑的事。请在那些带给你震撼的句子处、章节的末尾停顿一下，联系自身生活，赋予这些思想以更明确的含义。想想你要怎么做才能在明天的工作中实际使用它？请勇敢地冒险一次，走进新的思维王国，闯入永恒的思维空间！人之所

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

以为人，就在于他能进行独创性思考。如果你能贡献出一分的新颖思想，如果你能构想出一个新的主意，你自我挑战的训练也就做得很好了。为什么我们总是感觉全身疲倦精神困乏？没什么其他原因！我们不够积极，老是让思维处于防御的状态。启动你的思想，开始一场带有攻击性的战役吧。

最后，你要敢于不停地思考直至找到至少一个具有创造性的主意。创造性的思想只是小事一件，比如把一根针的末端固定在一点，但由此却产生了缝纫机。突破马其诺防线并不容易，你必须在无人的荒岛上历经重重艰险，经过多次挖掘才能抵达目标。协约国的军队是这样做的，而他们也顺利突破了这道防线，猛冲了过去，终于赢得了胜利。

我向你挑战，我双倍地向你挑战，去做一位创造者——一位充满渴望的战斗者，一位微生物的狩猎者，去开启一场这样的征程吧！在直到你能清楚写下某个新颖的见解或做好某件富有创意的事情前，决不能放弃！

我想再就人类的潜意识补充一句。虽然作为一名商人，我对此所知甚少，但我会去了解它。每晚入睡前，如果我能像设定闹钟一样设置我的潜意识，那么当早晨醒来时，脑海中就会充满新奇的思想，我就会因此而一直待在自我挑战的环境里。在你的思维挑战计划中，最好能有一个项目把这种潜意识包含在内。

也许我所说到的目标听起来太大不能完成。“我非天才，我不具备那种能力可以成为一名充满渴望的战斗者、一位伟大科学家或一名作家。”喂！不要总想着你不能做什么，我所感兴趣的是你能做什么。迄今为止，你满意于你的思想所取得的成就吗？你的思想已尽力做到它所能做到的最好的了吗？我敢肯定它并没有做到这一点。那么你今后的工作就是发现你还有多少未加使用的思维能力，然后大胆地使用，让它服务于自己。

记住这一点：最有价值的财富是那些越经分享越加倍的东西。你思想的发展壮大与你分享它所产生的成果是同步进行的。从一本书中能够获得的最大乐趣，在于与人讨论它或传递它给你的朋友们。当你从晨报上剪下一个好主意并传递它给那个对其兴趣浓厚的人时，你就使它变成了两个；当你跟其他人说一个不寻常的故事时，你的思想也因此而得到再次梳理；当你给他人陈述一个问题时，这个问题就因思想经过你的概括总结而变得明确清晰。你跟你的朋友分享一个好主意，他也告诉你一个好主意，这样你们就都拥有两个，分享的事物就成倍获得了增多。

可惜的是，一些赞同所有这些观点的人会说“这些见解真棒”，但却不肯去做一件事。或者，他们会接连尝试，但做事的方式并不专心，这样的人绝不会成功。而你，勇敢的圣战者，是会认真去做这些事的。因为你是这样的勇敢聪明而富有责任心，以及同情我们所在世界的遭遇，时刻准备着将之拯救。你已意识到没有充分使用思想所导致的愚昧无知以外的更严重后果；你已意识到没有思想与没有使用思想同样都很危险。从而，你就会促使你的思想去囊括更多并与他人分享它所产生的力量。这种力量经过分享不仅不会消失，你还会因此变得日益强大。

你应向你的思维挑战，在一张纸上概括总结出下面的或与之相似的计划，你会表现出与其他人相比质的不同。如果你有一个成熟的计划，而那些被击败的弱者将会停滞不

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

前。这时在你耳旁低语的小鬼们或许又会嘲讽，“写下那些你该做的事情还真是愚蠢”，你将听从这些鬼话而忽然忘了行动呢？还是会白纸黑字地踏实写下该做的事、毫不退让直到你能说“做完了”为止呢？

思维挑战项目	已达成的
1. 一个得以改变的习惯	1. 在什么时候征服了它
2. 一个独具创造性的主意	2. 创造力得到了发展
3. 花一个月时间去探索未知的领域	3. 获得的成果
4. 我的计划在分享中成长	4. 取得了哪些方面的进步
5. 在一年的开始，我最重要的思维挑战项是什么	5. 具体要怎么去做

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第七章　个性是后天培养出来的

如果你现在正在申请我们公司的一个职位，我将首先让医生给我报告你的身体条件，我需要确认你的身体是否健康，是否有充沛的精力和体力去完成你即将要开始的工作项目。然后我会让人事部门对你的思维能力和知识背景进行考察。在对你的身体和思维考察感到合适后，你认为这就是我想了解你的所有方面吗？远远不止。我想与你进行一次面谈。这么做的原因何在呢？难道在那引进报告中没有涵括我们所需要了解的所有信息吗？是的，还有一些事情我必须知晓，而那些东西不能被简单地写在纸上。

当你走进我的办公室时，我会注意你的西服下摆，你梳头的方式，你的鞋，你的指甲，甚至你手指上的污处。我们经常会说“再来一次”，再互相给对方一次机会，是吗？但重要的是，要把你身上称之为个性的东西表现出来，要让别人感觉到你魅力里那种无法言喻的品质。如果你嘴角流露出一种闹别扭的情绪，如果你与我握手时毫无力气，那么我们就不会雇你了。令人喜爱的个性常常表现为面带微笑，吐字清晰，步伐有力，兴趣广泛。就这一点来说，在整个企业中以及我们周围的整个世界中，这些也同样吸引人。微笑的阳光能融化隔阂，具有能力的领导者能面对比性格孤僻的人多两倍的挑战。

个性是什么？它是指一个人与生俱来就拥有的而其他人没有的“那种东西”吗？还是能通过后天培养得到发展。答案当然是后者。毋庸置疑，有些人在生活方面与社交方面具有比其他人更大的能力，但这说明的正是什么呢？比尔比我更富个性魅力，这并不意味着我不应该对我自己的个性加以发展。

我们的销售网络有许多乡村少年的加入，他们大多由于太过胆怯而不敢去拜访那些有着成功希望的顾客。而在一些年后，我却看到同样是这些小伙子，他们已经很大程度地拓宽和发展了自己的个性，现在的他们能充满信心地站在讲台前面对几百名听众，沉着有力地进行演讲。这些小伙子吸引住他们的听众的方法，并非通过默记他们的讲稿，而是通过发现一个社区的需要并以一位福音传教士的热情来使这些需要得到满足。服务是一个被滥用的词句，但发展真正的服务体现了个性的拓宽。

你疑惑“在社交方面自我挑战，我需要去做些什么呢”，做一头社交场上的雄狮？这种说法并不确切。也许你这场特殊的挑战并非这样。如果跳舞、打桥牌或棒球运动花费了你过多的时间，我向你挑战，把它们安排到合适的位置上，找合适的时间来进行。总之，你需要注重发展的是那种对完整的生活来说不可缺少的个性魅力。

你常常能在每天的报纸上了解到有关某位伟人离世的讯息。想想他已超越的那些人物，以及他在商业和教育方面的影响。谁有勇气去填补他离世后的位置？他的个性是怎样的？他身上有着什么特殊的东西能激励他的同事并把人们都吸引到他的周围？既然我们已发现由于个性的缺失，世界已丢失了某种东西，为什么我们不鼓起勇气再让它还原于生活呢？请延续那个人的生活吧！虽然你未必能完全按照他通常思考问题的方式去思

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

考与行动，但我坚信你会尽己所能去填补他的位置。

当我还年轻时，我遇到了约翰·沃纳梅克，我记得最深的是他怀着美好的理想，并且在商务活动中表现出很强的个人能力。后来每当出现一个问题需要公正的裁决时，我常会问自己："约翰·沃纳梅克会怎么去处理它呢?"尽力去填补已逝去的伟大人物的位置的计划也许会让你吓一跳，你似乎没有什么资本可以这样做，然而一定要确信你真的具有这种真实的能力。开始行动吧！狂妄些又如何?

个性从理论上来说，是一种模棱两可、难以捉摸的东西，但在我们的日常生活中，它却表现得那样真实和奇妙。对于海伦·吉尔洛弗特小姐（我们美国青年基金会所开办的夏令营中的一位教员）描述个性的方式，我很是欣赏。在她积极的教学生涯中，她通过运用来自不同源头的水来阐明 4 种不同的个性。

第一种个性好像新罕布什尔州的一股山涧溪流，它从山上一路歌唱着向下流淌，汇入湖中。无论在何处我们从中捧出的都是一汪清彻的纯水。有种个性如同这样的水：不论你在山顶还是山底的湖中遇到它们，它们都是那样的晶莹闪烁，一路欢歌。这样的个性能解除人们的愁闷，并鼓励我们与他们一起欢快地前进。他们在前方指引，所有人跟随其后；他们在快乐微笑，所有人都随之微笑。他们时常准备鼓励我们，并与我们分享他们的所有，以此来消除我们心灵的干渴。

美国青年基金会的一位长期指导 P. G. 奥威格先生就具有这种类似山涧溪流的个性。他有个叫"机敏者"的印第安名字。不论你是在夏令营，还是在大街上、他的家中遇到他，我敢保证你所有的压抑与烦恼都能摆脱掉。"机敏者"会给他所遇到的每个人一个灿烂的微笑，一个极具感染力的大笑，还有在你背上带有精神抚慰作用的轻轻一拍。他这种能力并非天生。是通过他的给予，才发展起来的。他会为那些情绪低落，精神委靡的人开启阳光，驱走阴霾。我喜欢与"机敏者"共处。

在小溪汇入的湖边的那汪泉水，它代表了第二种个性。相比于一路欢歌的小溪，它显得恬静安详，但从它深处会有世间最清凉、最清新的甘露汩汩涌出。许多性格沉稳的生命中蕴藏着无穷的力量，当把它们拿来与他人分享时，确实会让人感到高兴，同时也是赐予我们的一种福音。

"父亲"怀特就具有类似这种泉水的沉稳个性，他是美国青年基金会的前任副指导，曾和 P. G. 奥威格一起共事。他是一位心灵的抚慰者，以帮助别人为己任。"父亲"展示着自己的个性：充满同情心，乐于助人并能理解他人。对成千上万的年轻人来说，他就如同一位父亲。

在密歇根的营地中，有一台老水泵。每当它工作的时候，常会发出刺耳的尖声和令人讨厌的呻吟声，但如果你耐心着一直保持抽水的状态，它就能从一口深井中抽出纯净而清凉的水。

一些年前，在远赴法国马赛的路途中（我将在那里搭船去印度），我正在一节法国餐车上吃早餐。坐在我对面的是一个点了茶的英国人。他看起来不善交际。法国侍者上茶的速度很慢，他的怒火因此不断上升。后来侍者给他端上来一杯调好的咖啡，他既没放糖也没放冰块就把它喝了下去，并不停咆哮说他点的是茶。他们又给他端来了第二杯咖啡，他强迫自己喝下了那杯咖啡忍住没有爆发，接着对所有的法国侍者威胁说如果他

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

再得不到他要的茶将会发生什么。如果我当时离开餐桌，就会因此而留下这样的印象：他是一个极其讨厌的人。但幸运的是，在侍者端上茶给他后，他的脾气也变好了。他向我介绍了自己，在闲谈中我得知我们将乘同一艘船去印度。其后，我们在远东又有许多次的不期而遇，这也让我在那里的访问旅途平添了极大的乐趣。此外，我们还建立了持久的友谊，我发现他是我所认识的人中个性最有趣的一位。

不要仅仅由于它所发出的刺耳声来判断一个泵的好坏，而要一直不停地挖掘出深藏于井底的财富。反之亦然。记住，情绪激动或脾气暴躁很可能会严重地遮盖掉你好的品质以至于赶走你身边的朋友。你塑造个性的任务是吸引，而非排斥。

水泵旁边是一个有纪念意义的人造喷泉，它由卵石堆砌而成，坚固而又堂皇，给人留下强烈的印象。它接连着一个水量充足的蓄水池，这座喷泉由此为饥渴的人带来凉爽的清水。去年夏天，人们采取了一个把喷泉和蓄水池相连的巧妙新方法，但这个联接却出了问题：耸立地表的喷泉依旧美丽，其下的水也是纯净且充足的，但仅仅因一点小毛病，这座喷泉就没有了实际的用途。没有了共性，个性只是一种虚幻的事物。或许你已经拥有了漂亮的外表，良好的习惯，并接受过高等教育，身处在幸福美好的家庭之间，你想把它们组合成最完美的生活，但却还缺少某种东西将这些事物联系起来，这是不行的。

我认识一个女孩，她的个性类似于这座喷泉。她能够给予的东西很多，但却从不愿付出。现在，她整日愁眉不展，由于忧郁，她成天怨天尤人却不自责。实际上，真正应该受到谴责的是她的自私，她任其个性出轨，却从来也不想方设法加以调整。

如果你和我一样，你会需要一些具体的方法来帮助你收回下面的这番话。“你所说的这些关于个性的都是正确的。”我能听到你在说，“但我怎么去针对自身实际情况来发展自己的个性呢?”我能回答这个问题的唯一方式源自我的亲身经历。我要发展自己的社交才能，首当其冲就是要进行一次有意义的接触。

H. M. 弗拉格勒的名字在我还很年轻时就常被人们提起。他担任标准石油公司的财务主管，并且还是 J. D. 洛克菲勒的一位密友。弗拉格勒先生把他的财富投资到佛罗里达，修建了贯穿佛罗里达干线的东海岸铁路，他的名下还有着一系列的旅馆。一次我来到棕榈泉度假区，那时他把那里刚建成的一座大理石宫殿作为自己的家。我认为这样一位成功人士所产生的激励作用会对我一生产生持久影响，于是我决定去拜见他。与和我处在同一层次上的人会面对我来说并不难，但我怎样才能见到一个像弗拉格勒先生这样的大人物呢?我想，如果我不与那些思想、行动、本身都很伟大，比我伟大得多的人会面，我怎么可能也会变得伟大呢?而此时就在这里，我与一位已成为美国最杰出的成功者之一的人住在同一座城市。尽管没有门路，没有人介绍，但是“傻子常闯入天使害怕踏入的地方”，我给他写了张便条，向他坦白说自己是一个充满抱负的年轻人，刚刚在商务方面有所起步，强烈希望能见见他。令人惊奇的是，我很快得到了答复，被邀请去他家与他会面。那天在我的记忆中写下了光辉的一页。直到现在，我仍感到有些不好意思，每当想起待在他的家中那么长时间。他带我参观了他的宫殿，在那之前我还从未到过那样美妙的胜地，从不知道还有那样壮观的东西存在。绕着那美丽的花园散步的同时，他向我谈起洛克菲勒先生以及事业刚刚起步的早期所伴随的巨大困难。我的大脑接

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

受大量讯息有点反应不过来了。我记得当时我短暂地停顿了一下，说道："弗拉格勒先生，我非常荣幸能够与您会面。您的经历使我感到激动，我怕会忘掉您思想中的某些细则。您介意我把它们记在我的笔记本上吗?"（那时我已经随身带着一个小本，并已开始养成做笔记的习惯）弗拉格勒先生给了我"当然不介意"的回复。然后我写下"伟大的责任感——伟大的义务"，并一页接一页地记录下他的成功方式与思想细则。直到今天，每当我想起那次珍贵的采访，我都感到全身涌动着一股激情。

在我与弗拉格勒先生会面后的那天以后，我已不可能再在从前那样的水平线上行动了。而且，这次会面也给我上了生动的一课：已经功成名就的人对那些正在努力取得成功的人负有一份责任。相信他也持同样的观点。

那天与弗拉格勒先生的会晤成为我人生的一个转折点；在法国餐车上与那个人会面的那次机遇，则使得我去印度的旅行成为了一次无比宝贵的经历而不单纯是一次普通的游览。我竭尽所能地从我所能接触的每个伟大个性中吸取一些有益的东西，如果没能从那个人身上学到一些，我会感到羞愧，因为这样，许多意义重大、有决定命运功能的伟大时刻将被我浪费。

例如，在见过芝加哥神学院的前任院长奥兹拉·戴维斯先生后，我问自己："这个人的个性中那种充裕的、催人向上的东西是什么呢？我要怎么做才能获得它，才能像他激励我一样去激励到其他人?"我一直努力捕捉舍伍德·埃迪身上的那种紧迫感，正是这种紧迫感的驱动，他为了一个找到激励人们取得伟大成就的"某些更重要的事"的目的而环游世界。当我与 C. R. 布朗会面时，我尽量寻找他的某种吸引人的闪光点，以便我也能让我周围那些人的精神受到鼓舞。而从 J. E. 歌德斯威特身上，我尽力去捕捉那些促使男人和女人亲密地关心自己身体以便获得更好生活的秘密。是的，我已经获得了许多，来自于和这些伟大人物接触，而尽力去模仿他们个性中的优点则会得到更多回报。

我在《纽约时报》上读到过一则寓言，它通过举出一个生动的例子阐明了一条最好的个性准则：

北风和太阳就谁最有威力这一点上争论不休，各不相让。它们都同意谁能最先使旅行中的人脱掉衣服谁就是胜利者。

北风首先施展出它的威力，用尽全力使劲地吹，尽管它越来越急甚至变成吼叫，结果那个旅行者却将自己的外套裹得更紧。直到最后，北风放弃了获胜的希望，它呼唤太阳出来看看能做些什么。

太阳慢慢地释放出它的热量，这个旅行者一感受到它那渐暖的光热就开始一件件地脱去衣服；最后，为了完全消弭太阳带来的闷热，他把衣服都脱光了，在一条小溪中洗澡并躺在岸上纳凉。

"循循善诱胜于诉诸暴力。"

因此，我向你挑战，去循序渐进地发展你的个性，让它变得更具魅力，能够领导和鼓舞他人。只要你有足够强烈的愿望你就会拥有那种个性。你会变得和你想象中的人一样棒。

年少的时候，我看到关于一本书的一则广告，它保证只要读了这本书，就能使人发

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

展有魅力的个性。我花 3 美元买下了这本书，尽管在当时我并没有更多的 3 美元可以去挥霍。书上写道："当你走进一间屋子，每个人都会说：'瞧，他来了'……"直到我意识到一本书仅仅能给人提供自己制订出计划的建议，个性是需要通过内心来发展时，已经读过许多页了。我确实获得了几点有价值的帮助，它们长期伴随着我，现在我把它们传递给你。"在街道上时经常走有阳光的那边，太阳所释放出的温暖和力量可以进入到你的整个身体系统，它的光线为你的脸庞蒙上一层光辉，而你也把阳光反射给了他人。"我带着这种潜意识，安静地走在街道上撒满阳光的路面。那本书接着说："当你把你的头放在脸盆里洗脸时，要经常保持向上洗脸，而不要向下；要面带微笑向上洗脸，不要面带愁苦地向下。"当然，个性的养成并不只是依赖于这些表面的事物，但是从中我得出的伟大思想是：如果你足够强烈地渴望阳光、微笑和有意义的生活，那么即使是步行和洗浴这样的每个小细节、小行动都能带来我们个性的成长。

有哪些发展个性的方法呢？它们说起来都极简单，却很容易被忽视。不过为了使生活更完整，在培养我们的社交才能时，它们又起到了至关重要的作用。在回顾那些具有伟大个性的人们时，我已经很肯定地了解到他们都具有的某些确定的共同性格特征。例如，弗拉格勒先生怀着一颗博大的同情心设身处地为我着想，并能够理解一个踌躇满志、渴望领先的年轻人。这也生动地教会了我：在发展个性的过程中，一个人不论来自生活的哪个阶层都必须培养对每个人的广博的同情心。

在我所接触的那些拥有伟大个性的人中间，我注意到他们的另外一个共同品质：经常去自觉发展一种领袖的特征。这不仅仅反映在大事上，也反映在日常的点点滴滴中。例如，我发现我如果遇到了一个真正的伟人并和他一起步行几段路后，他总能适时地提出一些问题激发我的思考。那也许是他自己的一个问题，也可能是我的一个问题，或是有关怎样帮助妥善处理今年的社区基金，或是下个月的商务计划，或是有关教学的规划问题，或是任何其他的一种方案——显然，借由这些，他已带我的思想和我本人到了一个新的王国。这是一个应当记住的好准则：每当我们与另一个人产生接触，即使只同行了一小段路，我们的任务就是引导他到达一个比我们遇到他时他所处的水平更高一层的境界。

一天，一位年轻朋友到我家拜访并祝贺我的结婚周年纪念。当他特地来做这件小善事时，这让我想起伟大个性所具备的另一种品质——关心他人。这个年轻人正不知不觉地迅速发展一种良好的个性。经过再三思量，我认为这种对他人关怀的品质是促使他做这件事的原因之一。我们不能只自顾自进行一场辉煌的圣战，而忘记了和我们同行的圣战者伙伴。我们是不可能完善自己的个性，如果我们完全忽视坐在正对面那张桌子旁的人。思考生活中重大问题的同时也不要忽视那些小事情，因为关心他人的这种品质主要就体现在小事情上。

多年来，我发现一个小小的笔记本，能培养关心他人的品质，可以用它来记下生日、周年纪念、孩子的名字、有意义的事件等等。当你开启一次新的接触时，并不会花费太多时间来写下一些东西，记录表明你对它很感兴趣。对他人关怀无损于你本身，而由之带来的浓厚爱心和殷切情意能使你广受他人的喜爱。关心他人是你的一种义务！你只需打电话祝福你商业上的伙伴在他所承担的项目上工作顺利，早日获得成功，这很容

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

易办到，也不会花费你很多的时间，却能使朋友的工作热情获得极大地高涨；你只需提前5分钟离开办公室捎带去探望一下那位生病住院的熟人，他会因你的关怀早日康复的；你只需今天晚上在你吃饭前，花10分钟写一封便笺给几天前到访的那位尊贵客人，这将会巩固你们之间的友谊，对你私人来说意义深刻。一个金钱意义上的百万富翁，无法与一个在交友方面的百万富翁相提并论。当你得到朋友时，你需要确保维持住这些友谊，长此以往你也能成为感情的富翁，而我知道的巩固友谊的最好方法就是从小事做起去关心他人。

我们还有许多好的品质能用来塑造自己的个性，上面所说的那几种只是这些杰出品质中的一部分。你必须亲身去了解它们，并逐步培养自身创造完整生活所必需的社会生活能力。在结束这章内容以前，我还要强调一点，我相信在你今后的生活中，它的价值会得到证明。这就是要平等待人，不管他生活在哪个阶层；要在所有人面前都表现真我，不论他们是王子或乞丐。也许这话好像听得太多，但实际情况确实如此。然而不幸的是，这个世界上仍有许多自私而可悲的人，他们经常逢迎位高者，而对那些地位低于自己的人则称王称霸。真正伟大的人则不然，他们会自然、坦白、诚实、热情地对待所接触到的每个人。

长期以来，我每年冬天都去浅水湾猎捕鸭子，我有很多时间在掩体中思考和等待。我发现自己一直想弄清究竟是什么原因促使这些野鸭子和其他候鸟在秋天开始从位于北岛的哈得逊湾南下长途飞行到浅水湾或者更远的地方？而接下来的春天，又是什么原因促使它们飞回北方？啊！我明白了，当叶子开始枯黄，某些内在的动力在它们耳边轻轻吹起；紧接着，当冬天伴随着一种不可战胜的坚定怒吼降临时，这种内在的推动力也在逐渐增长，直到它控制了这只鸟的每个行动，并且最终促使它展开飞越大洲的长途迁徙，是这样吗？还是因为仅仅是那个永不停息的领导者有这种要去飞翔的冲动、最后演变成了群体的行动呢？是因为他劝说其他人该动身出发了，是这样吗？总之，有某种紧迫而不可抗拒的东西在所有的鸭子身上发生了作用，所有鸭子都为之所动，不论老小，不论壮瘦——在内心深处某种自我挑战冲动的支配下，它们都出发了，竭尽全力朝目的地飞去。

这种势不可挡的冲动你必须拥有，它的诱惑你甚至不能抗拒。一个“伟大的执著”带着为他人服务的渴望在清晨将你唤醒，你不能将它随意搁置。这种渴望会给你带来“我能给予什么”而非“我能从他们身上得到什么”的想法，从而融入到任何社会群体中去。

在社会生活这方面，“最值得拥有的财富是那些经分享而加倍的东西”，这项原理会产生双重的效果。的确是这样，你付出的越多，你所收获的也就越多。我向你挑战，通过真心付出自己的所爱、向他人展示自己的个性来发展自我，并巩固朋友之间的美好友谊。你要努力去寻找每个人身上的闪光点，学会去喜欢他人，发现他们感兴趣的事物。这个月挑出5个并不熟悉的人，通过带给他们一些特殊的小感动来表示你的友好，然后看看会发生什么。在月底时，你会又多了5个新朋友——而且在你结交友谊的能力得到增强的同时，一个更丰富、更有魅力的个性也得到了培养，一个全新的你将会以光彩照人的形象出现在众人面前。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

毋庸置疑，在提高社交能力这方面，你能做得比现在更好。问题只取决于你对社会群体的热爱程度与对社会公德的理解程度。在社交能力的发展上，如果你不帮助别人共同提高的话，你自己也很难说得到发展。其实，我们在社交方面的挑战就这样的简单——脚踏实地、认真做事，理解他人、认识自我。

我向你挑战，用可爱的微笑代替老人般悲苦的慨叹；

我向你挑战，锻炼你那柔弱无力的手，让它在与人握手时变得温暖而有力；

我向你挑战，培养个性让自己成为一位处处受欢迎的客人；

我向你挑战，发展社交中的自我，培育出那会带领你走向魅力十足的生活的谦谦美德。

为了完成这些挑战并拥有那吸引人的难以捉摸的东西，我建议你考虑明确以下问题。应该把它们写在一张纸上并贴在你的镜框边。一旦你有了取得明显进步的答案，就请把它们添加到这张纸上。

1. 在我所居住的社区里，和一年或两年前相比，我是变得更伟大了呢，还是不如从前？	1. 我的打算是什么？
2. 在我的生活中，我是否曾经有一段时间对他人福利所做出的贡献比我现在所做出的多？	2. 我雄心勃勃，决心要改变现状的计划是怎样的？
3. 一年多来，我结交朋友的能力有什么变化？是上升了，还是下降了？	3. 要通过什么方法制订出交更多、更好的朋友的结交计划？
4. 在我的生活中，嫉妒、爱闹别扭、坏脾气或其他任何影响社交的毛病是增加了还是减少了？	4. 根治它们的计划。
5. 描绘出一种环境，在其中我能更快取得更多的成就，我能做出这种描绘吗？	5. 这种能够获得改善的环境是什么？
6. 在社交方面，我重大的挑战是什么？	6. 我将何时勇敢地付诸行动？
7. 我有勇气自我挑战，去做一个和那些拥有伟大杰出个性的人物一样的人吗？	7. 取得的进步——

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第八章　神性隐藏在我们自己的身上

在我们正沿着通向山顶的蜿蜒小道向上攀登时，我 5 岁的外孙吉米，正努力和我们保持步调。

“感觉累了吧，吉米?”我问。

“虽然我的两条腿觉得累了，但我自己并不累。”他回答我。

吉米说的“我自己”是指他的精神。登上这座高山，于 5 岁的吉米而言是一次历险。沿着这条弯曲的小径向上攀登，于 20 岁的吉米而言也将是一次历险，而对于 30 岁和 50 岁时的吉米来说，这也同样会是一次历险。但如果从现在开始，他始终以这样的精神一直保持下去，他就会继续攀登。会感觉累吗? 当然，他肯定会感到累，他的身体会因此而疲劳，但他的精神会永不疲倦地帮助他登上越来越高的山峰。

一个古老的印度传说这样说到：曾经有一段时期，地球上所有的人原本都是神，但他们是如此罪恶并滥用神权，以至于众生之父梵天决定剥夺人类所拥有的神性。为避免再次遭到滥用，决定把它藏到人们永远也发现不了的地方。众神说：“我们将把它深埋于地下。”梵天说：“不，人类能挖掘到地层深处并发现它。”众神建议：“那么我们将把它沉到最深的海里去。”“不，”梵天说，“人类可以学会潜水去到海底发现它。”众神说：“我们将把它藏在最高的山上。”梵天依旧摇头，说：“人类总有一天能爬上地球的每座山峰从而重新获得神性，所以不行。”“那我们实在不知道要把它藏在哪儿去，人类才不会发现。”有小部分神说道。“我会告诉你们，”梵天说，“把它藏到人类自己身上，他们绝不会想到在自己身上寻找。”这样的提议得到了众神的赞同。

于是他们就这样做了，把“神性”藏在我们每个人身上。从那时开始，人类就一直遍访世界，通过挖掘、潜水和攀登去寻找那类似于神一样的品质，却不知道这种品质其实一直隐藏在自己身上。

正是由于有这束火花，我才敢于向你挑战，并将它变成一堆火焰。——“我们需要重新捕获的，正是由它所放出的光辉。”它是某种真实存在的东西，某种我们每天都在使用的东西。正是因这种精神的存在，你才能自然地在正确的时间里做正确的事；正是因这种精神的存在，才塑造了一个个绅士和淑女；正是这种看不见的东西的存在，才使得你不论是在足球场上还是在商业交易中都不能利用一个弱小于你的人；也正是由于这种在每个有价值的人内心存在的东西，使人能在面临诱惑时正确地作出公平、诚实可信的决定。

我正在谈论的这种精神并非躲躲闪闪藏在阴影中的东西，不是的！它极正大而富有力量，拥有它的人可以与将军和国王媲美，继承它的人会因此感到自豪和骄傲，它就像一面胜利的旗帜，高高飘扬。

布道者们在过去已经做了太多太多的事。生活中光彩的这一面就如同星期日的礼

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

服，一周只穿一天就被搁置，其他日子依然平淡无奇，但这样的时代已经过去。作为一名有实际经验的商人，我仍要说：我向你挑战，去过一种完整的生活。有没有哪一位将军在已攻击了敌方三面后，在第四面上撤退呢？如果已经取得了 3/4 的胜利，却在即将大获全胜时退出，你觉得这对自己公平吗？

有年夏天，在美国青年基金会所举办的夏令营中（那时设在密歇根），我坐在高高的沙丘上观看那伴随日夜交替而不停变化的密歇根湖美景。日升日落，波光如银，繁星点点。湖水和天空从来都不是一成不变的，而那水天相交处的地平线最吸引我。有时候它看起来很远很远，而当水面升起一层层由淡渐浓的迷雾的时候，我就只能看到抛出一块石子那么远的距离了。谁愿意生活在一片浓雾下，并被限制在它的范围之内呢？我知道生活并非如此，许多重要的新领域如此的开阔丰富，并向我们的生命挑战。勇敢的人会抓住机遇应时而起，以更精彩的人生来笑看风云。

我所谈到的这些都是针对拥有强健体魄、敏捷思维、具有个性魅力的你来说的。如果没有一个内因的激励，以上所有这些的价值都无从谈起。自从天地生成以来，人类一直渴望拥有追求某种精神生活的能力。没有人容许部分的自我消亡仍继续生活下去，如果这一面没有得到发展、消亡了，那么生活的其他三方面也将会受到损害。如果你已经在我们的身体素质、思维能力和社交能力的成长过程中发动了有效进攻的话，为什么不在发展精神生活方面也同样保持执著的态度呢？

我记得有一位可爱的老太太，她一直在持续的祈祷中生活。一次她坐在人群当中，其他人都刻薄地批评教堂、宗教，后来甚至涉及耶稣本人。她突然站在他们面前，质问道："你们怎么敢批评我的上帝！"像一位复仇的天使一样，她言辞犀利地平息了他们的喋喋不休。所有的肆言者都震惊了：的确，他们怎么能在一位虔诚的基督徒面前做这样的事。你不能当着安东尼·韦恩的面批评华盛顿将军；而当巴斯德（1822～1895 年，法国化学家、细菌学家）的同事站在一旁，谁又敢闲话巴斯德呢？那么当加利利的这位圣战者将带我们进行一次梦幻般的历险时，我们这些精神的圣战者又怎么可以消极以待呢？

勇气和力量对于缔造完整生活所需的身体素质、思维能力和社交能力这三方面是必不可少的。你难道还不肯承认在精神圣战的前线上你同样也需要这些品质吗？看看荣誉册上在塔瑟斯（古城名，在今土耳其南部，为圣保罗之故乡）那里的基督徒们会有一个软弱者吗？的索尔起初迫害基督徒们，直到来自天国的一束雷电之光将他的整个生活全都改变，他变成了布道者圣保罗。他开启了在死亡阴影笼罩下的古罗马大门，带给贫苦的人们主的信息。他的生活中缺少冒险吗？而桀骜不驯、脾气暴躁的彼得，不愿意为耶稣洗脚。因其虚伪人性的支配，他屡次否认他的主。同样是这个彼得，在获得了服务的激情后，被钉死在十字架上。唉，牺牲者是光荣而伟大的，做出超越这些古代圣贤们的更伟大的成功事业，没有人会反对！

"而这场精神的历险又是指什么呢？"你问道。噢，我的朋友，你这个问题真够愚蠢！我们精神的历险，除了寻找上帝（主，神）外别无其他！

下面是一个典型例子的佐证。在伦敦圣保罗教堂的一块为纪念查理·乔治·戈登的牌子——"中国的戈登"上，我读到了以下不朽的语句：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一个不论在何时何地都给予的人
把他的力量给予了穷人
把他的同情心给予了受苦受难的人
把他的心给予上帝。

威尔福雷德·格伦威尔先生也发现，所有的精神历险都有其基础，即：首先把自己的忠诚奉献给一位活生生的领袖，然后经由勇敢无畏的服务来表达这种忠诚。他写道："真正的信仰包含真正的勇气，我曾经认为它毫无用处，这并非它的过错，而是我们本身所造成的。我们没有想过要真诚地对待耶稣基督，而信仰这种我自己都无法拒绝的力量能催人去行动。"

我并没有要求你成为像圣保罗和彼得一样的布道者，或像戈登一样的战士，或像格伦威尔一样的传教士，但我要求你认真去考虑他们的信仰以及由此而产生的力量。诸此种种起初时和我们非常相像，也曾错误地认为信仰只是一些适合小孩或老人、弱者或生病的人，或是宗教狂热者的东西，但当他们发现无论在哪一方面：锻炼身体、开发智力亦或激励人们进行社交，任何时候都存在一种真实而强大的力量后，情况又多么的不一样！

或许威尔福雷德·格伦威尔先生用来进攻精神前线的方法能带给我们一些帮助。他在《耶稣对我意味着什么》中写道："那么我们应该用一幅耶稣的图像来抵御诱惑，引导人类走上正确的道路。真正的信仰所能想象的和预见到的各种使人完全陶醉的景象是非常真实与可能的，只有它才能以亲善、公正、君子般的美德和决断、勇敢、骑士般的气概来解决现实的一切问题。它满足了年轻人和进取者那种想从日常琐碎、无聊的生活惯性中摆脱出来的渴望，以及对自由的永恒追求。否则由放纵所引起的自我堕落就会慢慢地唤醒我们善良、平和的性情中那些令人讨厌的、可恶的一面……

"保罗的生活过得如同哈罗德·阿古利巴·利文斯通（1813～1873年，旅居非洲的苏格兰探险家）、杰伊·古尔德或查理二世一样充满刺激。于我而言，耶稣不仅是一位精神领袖而且也是最好的朋友。如果基督是真实存在的，生活是一块充满荣誉的田园，加拉哈德爵士、内森黑尔和伊迪丝·卡维尔真的从中获得了乐趣，那么对于我们每个充满勇气的人来说，生活不断地在创造成功的机会，我们的家园会在灿烂的阳光下逐渐地转变成天堂。"

以上这些见解，源自一个把生活看做一个整体的人。在拉布拉多半岛，他成为最伟大的医疗专家，并且广受爱戴。他除了使人们拥有健康的双腿以外，还塑造出了一个个全新的人。他治愈的不仅是人们身体上的残疾，使他们能再一次直立行走，还包括他们心灵上的缺陷。

实际上，相比于做错误的事，做正确的事更加刺激。这一点在我们拉布拉多的英雄勇敢的行动上得到了证明。带着对拉布拉多荒野的向往，他开始了自己的精神历险。假如你能为了今晚的刺激而甘愿承受明日自责的危险，为什么不试试格伦威尔的那种刺激，用快乐来代替自责与悔恨呢？

请把你的思想觉悟提高到常人之上，去考虑那些高尚的事。很快地，你就会上升到一个更高的水平。如果你认为所有的信仰都是虚伪或无所谓有无的，那么它就会变成一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

种负担。实际上，拥有正确信仰的人具有很大优势：自由，执著，能与他人团结，思维开阔，诸此种种，对于成就事业的人而言，都极为可贵。

信仰通过反省而得到。

锻炼和学习对于一个处于不良精神状态的人来说痛苦万分，但如果你把对品质、伦理、道德或信仰（不论你选择哪种称呼）的培养看做是一次成长的机会，那么生活中这类看不见的事物就会为我们呈现出一种新的意义。

C. R. 布朗博士是我的一位奋发向上的朋友，他担任耶鲁神学院的名誉院长，曾对工作在我的工厂的合作伙伴们说，他通过欲望和要求去鉴定一个人。如果你不渴望成为一名精神上的历险者，那么你就绝不可能成为一位成功的人。但如果你的大脑、心灵和精神都充满了对生活中美好事物的渴望，从而迫切想要为自己的这场圣战寻求一个内部的动力，那么你实际已取得了进步来发动对这四方面的进攻。

要敢于在世间已存在的最美好的事物中生活。用一周的时间去努力过一种高雅的生活，让自己被这个世界已经提供的最好的东西环绕。吟诵一首优美的诗，阅读一本伟人的自传，欣赏一幅古代名画家的画作，用留声机播放一张动听的唱片，观赏一场高雅的演出或一部精彩的电影，听一场振奋人心的演讲，与一个积极进取、充满个性魅力的人会面，观看日出和日落的壮丽景色，努力将自己从生活中那些毫无价值的思想、行动和没有意义的关系中挣脱出来。在一周的时间内，看看在你身上将会发生什么，如果你真的只用那些最好的东西来填充你的生活的话。啊！最美好的文学作品，最优秀的艺术成果，最壮观的自然景象，造就了最杰出的你！只要我们让世界上最精彩的事物在我们身边陪伴，那么我们的生活会过得如同国王一般！

充沛的体力需要通过锻炼来获得，敏捷的思维需要通过不断地学习来达成，极富魅力的个性需要通过积极地参与服务来使之茁壮成长，而信仰的建立和发展则需要行动：在实际生活中做正确的事而不去做错误的事。我们只有通过真正采取实际行动才能取得生存的进展。

不管今晚你默念祈祷多少次，如果明天你无法依照它们采取行动，那么你所做的就无价值可言。E. S. 琼斯博士在他的著作《无处不在的基督》中讲述了这样一个故事：

“我曾经从阿尔摩沿着世界上最弯曲的一条公路坐车前行，那辆汽车的司机从来没有在喜马拉雅山脉上开过车。在他前一天的首次旅程中几乎从那些悬崖峭壁上翻过去，差点出了意外。他十分紧张，因此在开始返回前他走到机器前双手合十，向他的车默默祈祷。做完这些后，我们出发了。但没过多久，汽车开始过热，水箱中没水了！这得到了补给。但当我们行驶至距离目的地还有几十千米的地方时，这辆车在爬坡时熄火了，油箱中没油了！我们只好待在那里直到获得营救。这位司机对他的车做了祈祷，却忘了要给水箱添水、给油箱加油！”

为什么不马上就发动一场激烈的攻势呢？你难道不能通过把祈祷付诸行动来开始这场战斗吗？你将做什么明确的，并且是无误的事情来补救你以往的错事呢？你将把哪座特殊的堡垒攻占？为了理想，你会提前确定一个时间来攀越已成为你生活中障碍的那些高峰吗？把这些东西列入一个清单，然后针对它们制订出进攻的具体计划。想象自己是保罗或彼得、戈登或者格伦威尔一样的人，或者想象自己是身旁某位性情沉稳的朋友，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

他就像在深谷中缓缓流淌的溪流，而他的生命已盈满那些由他的好品行所带来的比财富更高的奖赏，以至于做什么事都能量十足。而更好的做法是，制订出这样一项计划，使你任何时候都满意于自己拥有最好的事物和最好的状态。

一场充满刺激的精神历险等待着你，这需要使出“魔鬼般的勇气”方可完成。那些敢于自我挑战的人是迈过原始荒野的先驱者，是在一场伟大战争中屹立于最前线的人。一种大无畏的勇气向他们自身的潜力发起了挑战。如果不借助这种勇气来释放你内心的能量，你就不可能攀上精神的巅峰。

如果你在第一次的努力中没有取得成功，不要因此而灰心。纽约大学的米汉教练说：“我们实际上从一次胜利中学不到什么东西，而我们所能收集到的所有信息都源自于一场失败。一个取得胜利的人会忘却他大部分的失误。”

在北部学生联合会中，西点代表团在一个昏暗的帐篷里举行了一次小组会议。会上提出了一个使人困惑的问题——“什么是基督徒精神?”片刻沉默后，一个黑暗的角落里，有人得出了一个激动人心的答案——“基督徒精神就是西方人的奥斯卡。”大家一下子都变得活跃了。这个回答多么好啊——一位西点军校的学员，他的认识已是如此的深刻，他的信仰已是如此的坚定，他还把这些都传递给了别人。这种人极其不凡，以至于在他缺席时，大家都热烈地赞扬他是一个难得的基督徒和一个可爱的同伴。

保罗告诉他的年轻朋友蒂莫西：“我之所以深深记得你，是因为你唤醒了我心中上帝的品质。”

其实你了解自己的生活，不应由我来告诉你，你的精神挑战应该是什么。我向你挑战去做的就是这样一件重大的事——击败你精神上的惰性。对精神的投资会换回千倍的回报，不要忧心你那少得可怜的私利。将你的所有都投资到这项挑战中，回报会大大超过你的预想。一些伟大的挑战甚至会成就“人类之王”或“人类之友”的美誉！人类就是在这样一种“伟大的执著”的引领下不断做出伟大的功绩的。

如果你写出以下这些问题并认真地作答，这样会帮你梳理好进行精神挑战的思路。

1. 我已经读过福斯迪克的《十二项品格测验》这本书，并将把自己划入到一定等级。

2. 在信仰方面，我具有的坚定不移的勇气是在常人之上还是在常人之下?

3. 我值得信任的程度多大?——在诚实和正直方面，我究竟怎么样?

4. 对我而言，上帝过去比现在更真实吗?

5. 精神是我最大的财富，我应极度关怀我的精神与思想。今年为了它的发展我将做些什么?我将怎样胜利完成一场圣战?

6. 我的那伟大的精神挑战是什么?

7. 在生活中，我有一个伟大的动机吗?我怀揣着一种“伟大的执著”吗?

好的，现在你的思路已然清晰，那么请在一张纸上列出以下问题来记录你的进步。然后你要有勇气给自己划分等级，直至你将自己提升到你所满意的最高水平之前，都不要停下来。

1. 已做完了12项测验，3个月后给自己划分出了等级。

2. 为了鼓舞我在信仰上所具有的勇气，我已经去做的一件事是什么?

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

3. 我怎样发起挑战来提高我的可信任度——我的诚实和正直?

4. 为了取得进展，我所制订的计划是明确的吗?

5. 在过去的3个月中，通过什么方式可以显示出我精神的成长?

6. 为完成我的精神挑战，我已经做了哪些努力?

7. 与3个月前比起来，在树立伟大志向和提高生存能力方面我取得了更进一步的成就吗?

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第九章　把分享当成一种生活信念

劳埃德·道格拉斯的《伟大的执著》一书，相信你们中有许多人已读过，这本书的情节独具特色，它十分有趣地揭示了一位拥有安逸生活的年轻人，是怎样掌握在实际社会生活中成长的奥秘的。他家境十分富裕，从小娇生惯养，过着毫无意义的生活，而后一次事故带给他很大的震动……在一家医院里，他醒来后发现自己曾经几乎被淹死，但最终还是得救了，因为利用了从一位世界著名的脑外科专家的别墅中匆匆取来的一个人工呼吸器。然而不幸的是那个脑外科专家却被淹死了，而这个本可以挽救其生命的人工呼吸器，却被用来挽救这个废物的生命。故事的后来谈到的是，当这个年轻人意识到了他对这位世界著名的伟大人物的死负有间接的责任后，下定决心要通过成为一个拥有同等能力的脑外科专家来填补这个伟大人物离世的缺憾。这个决心使他变得执著，最终，他成功了。而在这样做的过程中，他发现了自己的“伟大执著”——他有着成为超越一个脑外科专家的人的坚持。他要填充许多杰出人物逝去后所留下的缺憾。于是，他开创了伟大的事业与全新的生活。在公共生活中，有千千万万的人通过不同的方式从他那里得到了帮助，或是金钱上的资助，或是时间上的帮助，或是技能上的帮助。无需赘言，他是乐在其中的，但通常他都要求他们答应自己：在他的有生之年，不要揭示出自己帮助别人的这个事实。他的原则一直是把自己所拥有的无私给予他人，默默地奉献给世界。这个故事继续讲到他周围的那些年轻人，也怀揣了“伟大的执著”，践行着同样的原则，为获得同样的成功（即默默奉献）而艰苦前行。

我讨厌认为某种悲剧的发生对你的生活是必需的这种想法。在这个故事中的那位年轻人，当他发现自己漫无目的的生活是牺牲了一个有价值的人的生命而换回的时候，他唾弃过去的自己而找到了前进的动力。在那以后的日子里，他勇敢地将由于他而丢失了的东西归还给这个世界，甚至，他还贡献了更多。朋友，你可曾想到：现在你正享受的某些事物也是由他人的牺牲与奉献换来的？这难道不足以成为对你发起一场挑战、要求自己去做得更好的理由吗？

如果一个人愿意正当地参与分享，他就不会逃避承担服务的责任。必须有一些人来管理社区内公共基金和进行红十字救援行动。

许多年前我在巴哈马群岛发现了一种红蚕豆，当地人认为它是好运的征兆。许多年来，我一直随身携带这种红蚕豆。我发现我喜欢把这个世界称之为“助人为乐的蚕豆社会”——当一个人确实对我做了一件好事，就会获得我送的一颗红蚕豆。这样，每个人都乐于帮助他人从而携手进行我们伟大的社会事业，于是在我的意识中，社会里的每个人身上都携带有如此可爱的一颗红蚕豆。如果你知道我已用了多少颗这种蚕豆来补充我的供应你会感到惊奇。由此看来，整个世界是由做好事的人所构成的。如果我们不想成为社会的寄生虫，我们就必须多做事、多做好事，并且要超过别人对我们所做的。因为

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我们是领导者和圣战者，我们要比其他人更敢于尝试和冒险。

我们应在什么时候付出自己的思想和精力来满足社区的需要、尽力推动慈善事业并积极参与教堂所组织的各种活动呢？必须由那些不计报酬的人来完成所有这些服务项目，通过分享，回报会是丰富、充裕的。

“我们这些佛罗伦萨人，”乔治·埃利奥特所塑造的角色之一曾说，“一丝不苟地生活，我们会拥有很精彩的人生。”

我相信在福斯迪克博士的书《服务的意义》中所使用的一个例子能表达出这种与他人分享的思想。

“以色列哈蒙山（在叙利亚大马士革的西南方）上黎巴雪松的根部流下的水汇入到太巴列湖和死海，本来清冽的水是相同的。但太巴列湖风景秀丽，因为有一个出水口来调清它的水质。它付出了充足的河水用来灌溉约旦平原。而拥有同样的水质的死海，却使人感到恐怖，因为它一个出水口都没有，它只会保留，因而污浊不堪，真正地成为了‘一潭死水’。这就是自私的人和无私者之间最本质的不同。我们所有人都希望生命充满祝福和欢乐（我们应该这样，它们是上帝授予给我们的神圣权利），只是一些人如同太巴列湖那样时刻准备去给予；而另一些人却只知保留，如同死海和蛾摩拉城的盐湖。”

下面我将说两个真实的故事。故事是有关我的熟人的，主角一个是家境富裕的小女孩，另一个是家庭贫困的小女孩。通过积极地参与和分享，她们都从生活那里收获了丰厚的回报。

玛丽·布伦登是东部一位富有的钢铁生产商的女儿。当然，玛丽·布伦登并非她的真名。她会恨我的，如果我明确地告诉你她是谁。金钱、衣物、各种奢侈品——这个世界上她所有想要的东西都应有尽有。第一次世界大战爆发后，她决定去法国。当然，她的父亲不同意她去。尽管不是很情愿，父亲还是都有着作出让步的伟大方式（我是“父亲”嘛）。最后，她成功地到了法国。

那时的她已经是一位被基督教青年会接纳的有成就的音乐家，于是她带着自己的小提琴，随同伙伴一起来到了海外，工作在约瑟夫·迪斯克曼将军领导下的第三区。

当时基督教青年会的工作由我主管，在法国我们拥有大批最好的工作者，我认同这一点，但也必须承认我们的人员还是不足。那些身体虚弱或工作平庸的人，会立即遭到我的解雇。因此我在巴黎基督教青年会的大本营中，常被认为是冷酷无情的。你知道我因年龄太大不能入伍，但我也一直是一名商人，这满足了我对生活的战斗欲望。在选人方面我经验丰富，并且我想要加入基督教青年会，就是希望与人分享自己所拥有的能力。总之，我喜欢时常为自己的生活添加一些挑战和冒险。

一天，玛丽·布伦登抱着她的小提琴来了。她从我的朋友海伦·肯（她负责安排所有的姑娘）那儿带来一张纸条，上面说她能坚持下去。她紧抱着她的小提琴站在我面前，看上去似乎刮一股强风就能把她吹走。她被安置到了第七步兵团。现在我只要一想起那些姑娘们所干的活就感到无比的敬佩和自豪，因为我们这里没有简单轻松的工作。每天，她们要打扫食堂，然后准备满满的无数桶热可可奶，没有停歇地刷盘子。我敢肯定玛丽在此前的生活中没有洗过一只盘子。晚上，士兵们在一起以一种简单的方式娱乐。玛丽的身影出现在这里每个角落，她用自己的小提琴为大家演奏出美妙的乐曲。那

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

些小伙子们伴随着她的曲子欢快地歌唱，他们完全都乐在其中了！而且也由衷地感激玛丽能通过这种方式尽力为他们提供精神食粮。她在这里坚持了如此之久，以至于我想把她调回巴黎时，她已安抚好家中的父亲，想继续待下去。

我们受命去前线，伟大的时刻终于来临。玛丽想一直跟着她的先生，不愿留在后方。新教与天主教的牧师想在我们即将接受第一场战火洗礼的前夕，为我们男人安排一个圣餐会。我甚至还动员了所有的基督教青年会的牧师来服务，牧师还是不够。可怜的小玛丽受到了冷落，她爱她的先生，也知道男人中有很多人将不会再回来。但是我们没能为她找到一个天主教或新教牧师，所以，她无法参加圣餐会。然而，事情并非这样。她恳求我说："请帮帮我，丹佛先生，我将拿出冷面包和酒，我将用我的小提琴来演奏赞美诗，我们自己来帮助先生们。"说话的同时，她在胸前画十字为我们祝福。我感动了，在主的面前答应了她。在我的一生中，从没有哪一次圣餐让我如此记忆深刻。

对我们第三分团来说，1918 年 7 月 15 日和 16 日那两天，是非常残酷的日子。德国人正从前线向后撤退，但我们的损失也十分巨大。基督教青年会的卡车被改为救护车，而我们的人员则做着英雄般地工作。在战地医院里，姑娘们被安排去参加各种救援活动，她们都从未退缩。玛丽·布伦登和其他姑娘一起没日没夜地照顾伤员不曾合眼。迪斯克曼将军特意颁发了一张精美的嘉奖令表彰我们第三分团青年会所做出的如此优异的工作。我还能说出更多有关这个能舍下富有家庭来到前线干又脏又累的活的小姑娘（她们的思想是多么伟大，而生活又是多么充满激情和幸福）的事，但通过以上这些，你不是已经足够了解到她生活中那种积极向上的精神态度了吗?

其实，她拥有着富有、聪敏、勤劳、勇敢等诸多美德，也付出了某种更多的东西。玛丽的这种精神活在所有那些与她共过事的人的心中。通过积极地参与服务，她穷其一生奉献于自己的国家和上帝。她为一个伟大的目标和一种始终不息的参与服务的激情而工作，并被其吸引，通过与他人分享自己所拥有的，她收获了一个更充实富有的生活。

我向你挑战，将这种相同的目的与相同的分享并其行动融入你的内心和精神中去。

接下来，让我说说有关那位家庭贫困但生活同样有意义的小姑娘的故事。我叫她露丝·亚当斯。当然，这也非她的真名。即使这样，当她读到这，她还是会向上帝发誓说在我的故事中没有一句真话，但这也正说明这些都是真实发生过的事。露丝的父亲是一位技术专家。严格地说，她既不富有也不贫穷，她健康、愉快地生活着，充满了各种幻想，尽管这些幻想不可能都在新英格兰获得实现。

第一次世界大战结束后，近东正开展一项旨在关怀那些种族战争中的受害者——土耳其、亚美尼亚和希腊的孤儿和逃难者们的救援行动。这项工作需要大量的人员来参与，但愿意做出自我牺牲的工作者却很难找到。露丝·亚当斯曾在近东呆过，她知道世界的那一端到处都肮脏不堪，衣衫褴褛的人随处可见，伤寒流行，黑暗、疾病和死亡肆虐，甚至有些去那里的人再也没有回来过！在那里根本无战争的魅力可言，也没有史诗般的英雄事迹，只有通过肮脏复杂的工作来尽力挽救那些孩子们。他们的家园被政治运动和战争毁坏，他们本应有权活下去的父母遭到了杀害。一股内心的冲动激发了露丝·亚当斯。她愿意去那里！

我曾到过君士坦丁堡的难民营，那些难民像乞丐般挤在一起。这些在战争中幸存的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

人，历经长途跋涉，衣着褴褛，形容憔悴，甚至在迈进门槛时瘫倒。他们被任意堆积在过分拥挤、通风极差的屋子里。而在第二天早晨，那些在晚上死去的人会像柴堆一样被垒起来，然后被马车运走。这种情景甚至比战争还糟糕。据我了解，在战争中无助的妇女和儿童们没有希望、没有力量，如同老鼠般奄奄待毙，这样的景象折磨着我们的心。露丝·亚当斯就在这里工作。

在一次难民营撤离行动中，负责清理她管辖下建筑物的土耳其士兵向她报告说没有人被留下。露丝不相信他们，自己亲自去看了看，在顶层她发现了两名妇女和一名儿童，那个实际上已 8 岁的小孩看起来顶多四五岁。露丝提出要求说她们应该被一起带走。士兵们却回答："没有用的，在明天早晨之前她们就会死去，我们会用车运走她们。救援需付出双倍的努力。"这种不负责的回答和行为（须知经常是这样！）激起露丝出奇的愤怒和勇气。于是她竭尽全力，在一名司机的帮助下，将那两位妇女从顶层搬到了车上，然后再一次回去带出那个失去知觉的用布包着的小女孩并轻轻地放在了车上。她带着她们匆匆赶到在其仁旦伯的美国医院。怀揣着一线希望，她把小孩轻轻放在医院的床上，并恳求医生与护士们，只要这个孩子还有生存的机会就请做最后一次努力。尽管护士们很清楚这与对待一具死尸差不了多少，但露丝还是劝说她们给这个小孩洗一次澡，并希望她们要像对待一个需要特别护理的病者一样给予精心地照料。

露丝离开医院后，又匆匆回到了她的岗位，她知道她的护士朋友们会尽全力去做的。她们也确实是那样做的，那个小孩奇迹般地被救活了，直到今天她仍活着。

几天以后，露丝·亚当斯感染了可怕的伤寒病，她被带到了同一家医院。在医生和护士的特别护理下，她顽强地同疾病作斗争。在与医生的治疗积极配合下，还有那种大无畏精神的鼓舞，她度过了这一关。我在大使馆见到了还在复原的她。从她那苍白的双颊可以看出她与疾病进行着顽强地斗争，但在她的双眼中却依然闪烁着跳动的火焰。她主动要求和我交谈，下面就是她所说的：

"丹佛先生，我知道您是很有影响力的，是吧？丹佛先生，请您催促医生让我早些回到自己的工作岗位，现在我已经完全康复了。那些苦难者的脸时常浮现在我的眼前，他们需要我的帮助。如果能回去，我就能做许多事……"

我绝不希望再次听到如此的恳求。我曾经都想让我的女儿带着她的孩子回家，但我知道她会以同样的方式恳求我。这种精神之火难以被熄灭，但在体力和健康没有恢复前，凭着一个虚弱的身体又能做到哪些呢？

"不，露丝，"我说道，"现在你还不能回到你的工作岗位。在过去那些闪光的日子里，你已经做出了奇迹般的成绩。要服从医生的指挥，做一个好战士。"她失望地低下了自己的头。

这个故事中还有许多值得说的地方。这位姑娘已将蕴藏在她体内的潜能发挥出来，不论身边的人是健康还是病弱，富有还是贫穷，遭遇困难还是已得到解脱，她都给予同等的热爱。在积极的服务过程中，她的生活充实而又丰富。"她工作起来时就好像每件事都依赖于她；她有着坚定不移的信仰，好像每件事都请示了上帝，而上帝认识她。"

像这样的经历会浮现在我们的脑海中，印象鲜明。在这里，富裕或贫穷都被遗忘，甚至于健康、思维、社交这些特权在无私的奉献者面前也被搁置。我向你挑战，要像玛

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

丽和露丝那样，在不朽的生活中找到属于自己的位置，为自己的生活谱写一曲伟大的乐章。

一旦你勇敢地去发展与他人分享的这种能力，你就会懂得生活的伟大内涵。在生活中我们应遵循以下原则：最值得我们拥有的财富是那些经分享而因之不减少的东西，是那些越分享越加倍的东西；最不值得我们拥有的，是那些一经分享就消散的东西。当我们与人分享自己充沛的体力、敏捷的思维、富有魅力的个性和崇高的精神时，它们也会相应地成倍增长。

在生活中，你使用这条迎接挑战和与人共享的原则越频繁，你就会在你所接触的各处发现得更多。我有一位名叫 J. T. 斯托克的朋友，他是一位受人爱戴的牧师，现在他已经去了他应得丰富嘉奖的地方。有一次，我听了他题为“投资生活”的讲道。这次布道让我印象深刻。他讲到的是“面包和鱼”的故事，但给它赋予了一个新的意义。他着重强调的并非用一些面包养活 4000 人这样的奇迹，而是深刻地思考了在困难中的资源分配问题。在那些充满险恶的日子里怎样迎接挑战？当耶稣的门徒们清点过人数后，他们不满地埋怨这一点面包根本供应不了这么多的人。

就像牧师说：“考量你所拥有的才能的大小，而非你所面对的问题的多少。”这时，耶稣说道：“你们现在有多少面包呢？不要向山边看，看你们手中的篮子；不要去清点人数，清点面包数。”他并没有低估这项任务的艰巨性，他只是建议如果这些面包不够供应这 4000 人，但至少能满足其中一些人饥饿的需求。在耶稣的指导下，门徒们开始尽其所能地分发这些面包给饥饿者，结果他们的获得超过了他们的拥有。

斯托克博士说：“在这里我们可以得出一个普遍规则，而这规则在人间和天堂都适用。那就是智慧和才能只会交给那些能够使用的人。我们的身体通过使用我们的肌肉力量变得更强壮；我们的智力通过使用我们的思想获得提升；我们的力量通过使用我们的精神力量也得到增强。我们不会因为思考而减退智力，也不会因为展示了爱和同情心而使精神感到疲倦。我们可以从周围所有人的实际经历中得出这样的结论：使用我们所拥有的东西，会得到更高的能力和更多的智慧——‘不要清点那些人，清点面包的数量。’”

圣雄甘地从没有要求人们做出超越自身能力的事，而只要求人们尽己所能地做事。

我的朋友哈金斯，贝利学院的名誉院长，向那些即将毕业的学生传授了以下这些想法：

少数人建设城市——其他人住在里面；

少数人修建地铁——其他人乘坐在内；

少数人建筑摩天大楼和工厂——其他人辛苦工作其中。

这本书就是为那些准备成就一番事业的少数人而写的。你，就是那敢于成为先驱者的少数人中的一员；你，就是那为满足人类需要而梦想建造基础设施和超级大厦的少数人中的一员。其他的人将听从你的领导，你是牧羊人——其他人是羊。牧羊人尽管时常面对危险，仍然爱自己的羊，任劳任怨，领回迷途的羔羊。闭上你的眼睛，然后告诉自己：“我是那些少数人中的一员。现在我面临着成为领袖的机遇。我肩负着成为牧羊人的责任，其他人都需要仰仗我。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

1. 我可与他人分享自己的哪些才能?
2. 我要通过何种方式与他人分享我的面包?
3. 我怎么去利用生活并与别人分享生活?
4. 为自己制订出一个明确的与他人分享的计划并写在纸上，明天就开始施行。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十章　振作起来，就是再多走几步

在前面几章的内容里，我向你挑战去过一种完整的生活，尽管这实际做起来很困难，并不很容易办到。有95%的人都心满意足地按他们自己的方式继续生活，安于这样的平稳状态，为什么要打破它让自己变得兴奋起来呢？而那其余4%的人和有王者风范的1%的人，他们不愿满足于维持现状直至将自身潜力完全发挥出来。到底是什么点燃了他们心中的火炬，促使4%的人站到了更高一层，而使另外1%的人步入王者的殿堂呢？为什么那95%的人不能再次振作起来呢？如果习惯导致了那95%的人停滞不前，那么凭借坚定不移的决心并挖掘自己所拥有的神奇潜能，难道你就不能养成使你能生活在4%的领导者群体或1%的王者群体里的强大习惯吗？这一点，你必须付出真诚的努力才能达成。

当我在加勒比海上航行时，我时常回忆起老巴拿马的故事。当海岸这边提供了足够的财富用来消费，为什么还要去探求太平洋的彼端呢？那是因为在遥远的海岸那边有某种更好的东西——碧绿的原野、黄金的世界，而巴拿马海峡横在它们之间难以贯穿。托特来了，这位工程师历经5年漫长的岁月，终于在克服了无数的困难和挫折后建成了一条贯穿巴拿马海峡的铁路。在那浓密的丛林中，人们时刻都面临着被传染病感染的危险；在泥泞的沼泽地里，遍布着蚊虫蛇鼠和各种瘟疫。“巴拿马铁路的每块枕木都是某个人生命的象征，他用自己的生命来建筑。”托特患上了黄热病，长时间命悬一线。在工地的西班牙医生说没有希望后，托特仍坚持用他那不屈不挠的勇气与疾病作斗争，并以此激励自己，他说道：“先生，你说错了，一切还没有结束呢。黄热病不可能杀死托特。我一定会慢慢好起来的。”他确实做到了，因着他体内蕴藏的那只有少数4%和1%的人才拥有的高贵品质！

接下来要开始挖掘运河。此前一位著名的法国人德拉赛斯已经失败了。世人说：“这件事不可能办得到。”美国购买了巴拿马海峡，乔治·格沙斯上校接受了总统西奥多·罗斯福的任命来主管修建这条运河。他有着在困难面前从不退却的好名声，尽管世人轻率断定：“让别人来干吧，你干不了。”在这件事上，乔治上校充分检验了一个人所能具备的无畏勇气。运河竣工了，人们惊呼：“天哪，乔治办成了这件事！”在乔治身上绝看不到95%的人的那种平庸的品质。

但如果没得到另一个勇敢的人的帮助，乔治也不可能做成这件事——威廉·高加斯，一个被选派到这里和疟疾及黄热病作斗争的美国军医。他仔细察看了二万多由于身患传染性疾病而死亡的人的病历。一份报告显示有500名年轻的技术人员从法国来到巴拿马，而他们中“没有一个人能活到拿他们第一个月工资的时候”。接着高加斯医生开始了一项运动令人们感到惊异，被嘲笑成“追求蚊子者”。高加斯永不疲倦地致力于一个单一的目的——摧毁传染疾病的蚊子。终于，他取得了无愧为最伟大的胜利：发明了

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

预防药品。这项实行不到6个月的运动消除了已经肆虐这个地区至少400年的灾难。如果他被嘲笑和反对击垮了勇气，那么巴拿马运河也许就无法建成了。

将你完成任务的决心和勇气拿出来吧。你不仅必须具备这样的勇气，而且也应长久保持下去。许多人站在起点处，但只有少数人才能到达终点；许多人“挥动着像鹰一样的翅膀向上飞跃”，但只有那精选出的少数人“不会昏倒在路边，而能一直继续向前”。

勇敢的冒险家们，你们在前进的道路上会遇到障碍，但你们要辨别出前进的方向，并据此描绘出生活的美好蓝图，而不要只因看到路途中的障碍就停滞而无法前行。

亚历山大听说印度有累累财富和灿烂文化后，出发前往那里。他没有地图，但他明确知道自己要去的方向。他面对河流、山川和沿途经过的那些好战的国度没有丝毫胆怯。他如同没有任何障碍般走过去了，他的眼睛一直注视着自己的目标。

由于具有明确的目标和方向感，恺撒看到的是大不列颠而非因长途跋涉产生的疲劳困顿、沿途凶恶的部落和到达目的地之前可能遭遇的各种危险；拿破仑看到的是意大利而非阿尔卑斯山；华盛顿看到的是殖民地的独立解放而非那被冰雪覆盖的特拉华河。

95%的人看到障碍，那4%和1%的少数人则看到目标。小人物喜欢着力于描述那些阻碍他们发展，缩小他们视野的障碍，而拥有方向感的伟人依靠着信心和决心把困难踩在脚下。

历史铭记了许许多多具有明确目标并拥有方向感的成功人士，而将那些被困难所征服的小人物或“大人物”无情遗忘。

通过你的挑战去过一种完整的生活，使那四个方面都得到同等地发展，这会给你明确的方向感并扫清前进道路上的障碍。你的冒险生涯才刚刚开始。嘴上说说你将去做它很容易，但真正去达成它却需要付出艰苦的努力。西奥多·罗斯福曾说：“我们应当少呐喊多射击，少说空话多办实事。空话不能用来犁地，空话不能用来建筑房屋，空话也不会帮你塑造出一个伟大的个性，不能培养出一个伟大的民族，也不能建立一个伟大的国家。”一个人身着军服行进在部队的行列里，如果缺乏严明的纪律，也并不能成为一名真正的士兵。

让我们勇敢地开始吧！这个世界上，所有的计划都不会像这样小小的行动般能对你产生如此大的帮助。如果这本书没能成功使你开始过那种完整的生活，我也就没有达到自己的目的。你的挑战计划开始付诸行动的时间不应是下个月，也不应是下个星期，甚至不应是明天。我向你挑战，从今天开始，为努力过那种完整的生活而努力。

你具备英雄的品质，你必须是英雄！你必须成功！

有这样一则足球报道：“……教练让每个人都回到足球场地上继续训练。他立在旁边，不停地督促他们来来回回地跑，每个人都累得大汗淋漓，气喘吁吁，队员们都认为自己已没有力气再跑下去了。然而教练仍催促他们再来一次，再来一次，最后以一个环跑道全速跑结束了这场训练。

“这样做的结果就是每个人体内所蕴藏的全部潜能都被激发出来。那些不称职的后卫会被奔跑迅速且勇敢无畏的人大步取代。最终诞生了一支伟大的球队、一场精彩的比赛和一个辉煌的战绩。那个能使这支球队在11月那个泥泞的日子中连胜两场的人成为了一名英雄，并且一生都保持着这个称号，这让球队中的每个成员都感到骄傲。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

"传球给我"，你说这话了吗？把球传给你，你会踢不好吗？你上场是来干什么的？要知道那个准备带球突破的人一直都是保持无懈可击的备战状态。再回到前面几章中，认真地读一读那些对从整体上完善自我所必需的硬性要求，一定要掌握它们。勇敢地面对挑战，积极地投身到你生活中的组织中去，开始行动。我们要勇于冒险，敢作敢为！

为了让你以后完成生活中那个伟大的、重要的并引人入胜的挑战项目，我愿意鼓励你先从那些小的挑战项目开始做起。我看着你，听你陈述自己的挑战，并了解它背后所隐藏的目标，我敢保证我能因此而对你作出判断。如果我在你眼中看到有渴望战斗的火焰在跳动，并且捕捉到某种支配性的内在驱动力，那么我就明白你已经在路上了。

许多人在一开始出发时常常能斗志昂扬，踌躇满志，但慢慢地热情就会消减，最终停下。前进的道路两旁满是匆匆出发却跌倒的人。可悲的是人们虽有了行动，但很难做到善始善终。开启你的船去远航的这一天值得庆贺，但海上的狂风巨浪是对你的严酷考验。一个在你耳边低语的小鬼头试图用"你大概是完成不了"这样的话来麻醉你，请击碎这样的鬼话！尔为何人，怎敢藐视我！那些敢于接受挑战的人需要冒一定的风险，而那些不敢接受挑战的人同样需要承担风险——这风险不是由挫折和失败所带来，而是由停滞和衰退所导致。你还记得那个越过平原驶向金色西方的有篷马车的故事吗？

懦夫从未开始，
弱者死于路上，
只有强者才能穿过！

你会想要退出去，你会想到停下来，你会感觉疲惫，这样的时刻多次出现在你前进的道路上。但你绝不能放弃！那些你尚待开发的潜能正在你的体内叫嚣呐喊。你拥有那4%的领袖人物所具备的品质——是的，也许你更属于那具有王者风范的1%的行列。约翰·保罗·琼斯在被命令投降时说道："我们现在才刚刚开始战斗！"然后他发出这样的命令："摧毁障碍，全速前进！"在这里，决心决定了结果。第一次世界大战期间，有一位法国官员在被问到"能顶住他们的进攻吗？"时回答道："我们能顶得住他们的进攻！我们会冲过去击垮他们。"而事实亦然。

我想再重复一遍：你的生活中那已得到充分发展的四个方面才是逆境之中力量的真正源泉——这个秘密我必须告诉你。那四个严肃的章节包含了生活的真正内涵，我通过商业事务和战争的经历对此进行了证实。在法国，我所在的第三区有一群来自田纳西州的山里小伙子。当战争进行到最艰苦的时候，他们很茫然。但他们清楚两件事：熟悉自己的来复枪并且知道怎样用来击中目标。当你开始遵循前面讲到的四边形生活原则时，所有的困难和挫折也许仍会不期而至，但你一定能勇敢地去达成自己的目的。

让我通过下面的方式来结束这章，即从一种商务上的观点出发来让你的印象得到加深，更深刻地体悟我已在前面几章努力阐明的观点。

你要像银行家和工厂主把他们的财富化作为资本一样，把生活中已得到充分发展的四个方面化为你的资本。增强你的身体力量，作为应对我的伟大挑战的坚强后盾，为应付紧急情况储备足够的体能。使用你充沛的精力会推动你向更远处进发。发挥你的思维能力，当你懂得面对事实进行正确思考时，你就能把聪慧的智力和健康的身体融合起来化为弦上之箭。广泛结交朋友，通过富有魅力的个性、机敏的思想和强健的体魄来吸引

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

和巩固你们的友谊。这样，你就有了3个可以任意支配的才能。你应该大胆使用这些资源，而不要浪费。有一个可任你支配的身体，一个聪慧的大脑，一个在你所接触之处都闪光的个性以及一个真正、纯粹的信仰作为基础，并且你能够认真对待它们的话，你就将拥有一个具有完整意义的生活。

作为勇于接受挑战的你，会去使用它们中的一个，两个……还是全部呢？

决心坚定地去迎接挑战。如果不付诸行动，这些思想对你来说毫无意义。如果这些思想不能在世间光耀，那么有限的20世纪将永远停留在这个水平上。你将长期处于一个死亡中心，如果你不敢面对挑战。你甚至都从未派过一艘船起航又怎会期望它返回呢？对于大卫而言，与哥利亚战斗曾被认为是滑稽可笑的；对于哥伦布而言，试图环绕地球航行曾被认为是愚蠢的；对于怀特兄弟而言，梦想能够飞行曾被认为是异想天开，但假如他们都没有去试呢？

前面5个珍贵的章节请好好掌握，因为那里蕴涵着人生的真谛。现在，如果我们不努力为拥有充沛的体力、敏捷的思维、富有魅力的个性和适合自己做出最好服务的信仰这些完整生活所提供的最佳状态而奋斗的话，怎么可以就知足呢？

只要你的紧迫感清晰而强烈，并具有超常的坚持不懈的能力，就会对自己充满信心："我去试了，就能成就伟大的事。"通过具备：自我发展所需的高层次能力，维持长途远行所需的充沛体力，高涨的热情，知识分子的好奇心，对事物有深刻理解的渴望，眼、手、舌和身体的高度灵活，以及富有创造力的想象，所有这些去完成某些高贵的事，你将收获颇丰。以上各点来自于彼特金教授思想的一部分，他的这些观点和他对成就的定义将会为你开启无数的可能性："成就就是在面对各种困难的时候表现出来的艰巨的努力。它本身始终具有两个特征：首先是一个明确的目标；其次，是在贯彻执行这个目标方面所需要的特殊技能。"

亲爱的朋友，你要释放出自己的潜能，积极投身于工作，并要将果实与他人分享，不达目的誓不罢休。一个燃烧着的灵魂能够鼓舞人心，成百上千的人也将与之共同奋斗！

不论这种最高的效率如何，我想让你最大限度地提高自己的办事效率；我想让你的思想所能涉及的范围变得深远、宽广，并且想让你拥有丰富的想象力，能够比我所提到的这些看得更远。我会高兴于千人中有一个人获得了这种挑战的伟大思想，你同样也会，因为我们都很"伟大"。可是，迄今为止，我们仍缺乏对人类精力、智力等的储存，甚至连一些肤浅的认识都没有。你是不是仍疑惑我为什么鼓动你去迎接挑战呢？想象一下，如果有一个人看着那奔腾而来、跌宕起伏的、声势大到甚至超过了所有想象的尼亚加拉瀑布说道："我要吸干它……"吸干它？这怎么可能呢！是的，这不可能（因为没有这个必要），但我们却可以做出其他同样的壮举，如：盖一座超级大厦、铺一条洲际铁路等等。我经常发现自己在默默祈祷："上帝啊，请让我的志向更远大些吧！"

我向一位年轻的朋友读起《向你挑战》手抄本的一部分。他表示"很有意思"。天啊！如果这本我花费了大量时间和精力所写的书对一些人来说除了有意思以外没有更伟大的作用的话，那么我就彻底失败了。如果这本书不能激励你行动起来或让你去有所作为，那神奇的"四边形"生活就无缘于你。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

对于已读过《向你挑战》这本书的人，我还有最后一句话要说：如果你不敢迎接挑战，那么这一定全是我的过错。但是，你必须面对挑战，你必须去做某些事情。如果你没有真的决定自己开始去做某些事情，就绝不可以把这本书扔到一边。其他人都已经在接受挑战后成长起来，你也必须这样。现在是你开始行动的时候了！来吧，告诉我，你要挑战什么？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十一章 我的挑战和与人共享

我希望所有读者都已经从前面的几章内容中获得了某些东西。不过即使一些人还没有得到，我也不会放弃。在我的企业中，多年来我们一直在设置目标。起初这个主意并不是所有人都喜欢。比尔不想进行一项个人发明，玛丽不愿意确定一个目标并强迫自己去达到。但恰好是在那些最不喜欢这个主意的人中，有许多现在已经从中获得了极大的收益。事实就是如此，更不用说那些一开始就自觉去追求的人了。当然，制订任何一个目标对那些成天消沉低落的平庸者来说是没有吸引力的，但是对于真正雄心勃勃、严阵以待以获取巨大成功的人来说，制订一个目标以激励他们内心采取行动已经变为一个程序固定下来。

如果你迫切想要再前进一步，我想你需要回到前面几章的结尾部分，核实你在身体、思维、社交、信仰 4 个方面的挑战计划。为了敢于向“击败你的最好”挑战，你不应放松自己，而是要努力从这 4 个方面寻求。

往日已逝，就请用坚韧不拔的决心去筹划你生命中最健康、最激动人心、最浪漫并且是最富有精神的下一年。此生有命，奋斗不止！

勇敢而智慧的你必会获得成功，但允许我在此提出一个警告：不要因诱惑而去做超越自己能力的挑战，那样也许只会让你失望和沮丧；要通过你自己的方式来构筑你的挑战，而且要亲自面对，认真严肃地去完成它。另一方面，制订你的挑战计划使之与你的最佳状态相匹配。一匹用来拉车的马即使雄心勃勃也绝不可能在赛马场上获胜，只有那些良种的马才能主宰赛场。

我愿意送你——正充满热情地开始一个挑战计划的圣战者另一个忠告：任何一个计划都由开始和结束这两个伟大的部分构成。你已经迈出步伐，开始了征程，而我想督促你将之走完。整个世界都迫切需要那些能善始善终完成各种事业的人，只有这样才能形成一个完美的社会。一个朋友曾跟我说过下面这件事：

“去年秋天的时候，我在内布拉斯加州的交易会看到一场赛马比赛。一匹全身雪白的纯种马最先冲出起点跑在前面，当它跑到最后 1/4 圈时跌进了泥坑，紧随其后的那匹马超过它的身旁。一瞬间，它已明显地落后了些，但这时，它奋起一跃，勇敢地跑完了最后半里路，最终取得了胜利。”

人虽然不同于马，但道理一样。我知道，亲爱的朋友，你将满怀高涨的热情来开始这场比赛，也许你会掉落泥坑，一些人会超过你，但在那最后的半里中你必须使出从未有过的速度向前奔跑。在最后的阶段，你必须竭尽全力，拼命向终点冲刺。除此之外，你没有其他选择，失败理应是成功的猛士的最大耻辱，而你并不愿这样。

为了更加明确你的挑战计划，请把它们全部写下来，并设定一个完成期限。请不要感觉到恐惧，你那大无畏的精神将帮助你驱走它们，帮助你提前达成自己的目标。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

最后，如果这个挑战计划已经对你有所裨益，为什么不把它也传递给别人呢?

我希望你做的、需要你做的是去激发出一种新的生活方式，而不仅仅是分发一本书，通过分享生活方式，我们携手缔造一个全新的美好世界。如果说迎接挑战的思想具有一定的价值，那么通过你我的影响宣传，这一价值会逐渐成长壮大的。

《向你挑战》这本书已由那些已采取挑战的人传播出去：由商务总裁们分发给他们的雇员；由大学、中学分发给学生；由基督教青年会散发给各地的学员；由广告公司经理分发给他们的雇员；并广泛流传在朋友之间。到目前为止，“向你挑战”委员会一直肩负着这个分发和传递的任务。

这本书是我送给生活在我们这块大陆上的可敬的年轻人的一份礼物。我并不需要任何荣誉或由此获得任何利益，只因这是我的职责与义务所在。我所得到的财富无论数量几何都将通过“向你挑战”委员会交纳过应付的费用后，捐赠给美国青年基金会。

如果你自认为是那些正在进行自我挑战的人当中的一员的话，那么你现在也将开始与他人分享“向你挑战”的这种生活。

读完了整本书，你将为此而做出哪些呢?

你，踌躇满志，时刻整装待发，准备战斗——

你，前方有一个光辉灿烂的事业在召唤——

你，拥有着许多尚未被发现的杰出创造力——

你，拥有注定让你走得更远的领导者思想——

你，能力卓绝而又胸怀美德的大商人、名作家或大科学家，世界由你缔造!

这是绝对的，而你又将付出怎样的努力，使自己在众人中脱颖而出并且从生活中吸取更伟大的东西?

你会向自己挑战吗?

你会传递这种挑战的精神给其他人吗?

啊，挑战者何其勇敢! 应战者何其伟大!

成功万岁!

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第七卷·

信仰的力量

（美）路易士·宾斯托克 著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

路易士·宾斯托克是美国著名的励志学家，他的代表作《信仰的力量》让无数身处黑暗、内心迷茫的人看到了光明。他并非一个传教士，他是一位热爱生活的智者。他在《信仰的力量》中通过12个主人公讲述了12个故事，这些故事中讲述的不仅仅是宗教信仰，而是人类共有的信仰——爱。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章 营造起一条自己的生命之舟

有人曾经问我：生活给我最重要的启示是什么？这个问题我一时难以回答，但回顾我的生活，经过一番深思熟虑，我深深感到，那就是“爱”。

在我的神父和老师的谆谆教导之下，我营造起一条自己的生命之舟，它承载着我穿越惊涛骇浪，驶出茫茫人海，到达那光辉的彼岸。

无论何时何地，能够与有爱心的人共同工作是我最大的欣慰。因为他们不会冒昧地问：“我可以与佛教徒、犹太人或者基督教徒一起共事吗?”而是满怀仁爱之心说：“神啊，请用您的智慧帮助我，驱除您的孩子心头的阴霾，赐予他们更多的阳光与欢乐吧!”这样，神就会赐予我——爱，因为神即是爱，我亦是爱。爱与爱是平等的。

同时我意识到生活给予我的另一个启示：尽管福音书说“太阳之下无新物”，然而每个时代和每个民族都在经历着新的变化，就像生命开花结果，生生不息。“世界上没有比坚忍更强大的力量。”在我的希腊格言录中，我惊讶地发现了这句话。这句古谚的作者肯定没有想到他这句话的巨大力量：直到现在，它让许多盲人、耳聋者、跛足者重获新生，并且意志坚定地挺起腰板，勇往直前，排除万难，去创造一个又一个惊人的成就。我沐浴在众多思想家睿智的光芒之中——苏格拉底、柏拉图、培根、康德和瑞典先知依玛努埃尔·施维登博格。苏格拉底教导我先思考词的含义再言语；柏拉图的绝对理论告诉我知真的为真、知美的为美，赐予我耳朵不能听到的天籁、眼睛不能看到的光明；施维登博格让我超脱于生命的时空界限，给予我内在与外在的无穷世界，赋予我超越本能的勇气与想象力。

于是，我吸取着先哲们赋予的一种又一种的思想元素，创造了自己的人生哲学，在我生活的支离破碎的外在世界之中，构筑起一座明亮的心宇。

这些思想使我坚定了这样一个信念：一个人无论他是否耳目聪明、身体健康，只要他的心中有一个永不落下的太阳照耀着他，他就永远被幸福照耀着。而这个太阳就是上帝，只要你虔诚地信仰他，他就会用圣洁的阳光照亮你灰暗的生活、黯淡的人生，他总会以某种方式让你感受到自己的力量。

17岁时我就开始遵循着依玛努埃尔·施维登博格的教诲去生活。他认为“教堂”并不是基督教的组织场所，而是一群有思想的人的精神共同体。这些人为了永恒的人类付出一生的时间去服务。施维登博格认为不论基督教的教义或仪式如何修正，它的永恒源于“以善为本，彼此理解，人人为我，我为人人”，这是一种健康而普遍的宗教文明。总而言之，施维登博格有关宗教的思想可概括为3个主要理念——上帝神圣之爱、上帝神圣之智、上帝神圣之力。这些理念正如滔天巨浪，从大海深处汹涌翻滚而来，它们以新的意志、信仰和力量浸润了生命的每个港湾。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

对我来说，“爱”并不是一种懵懵懂懂、难以言明的情感，而是在每个人的工作和行为中体现的对于善、智的渴望。上帝无所不能，他赋予我们每个人以智慧，使我们远离罪恶的深渊。他总是为我们创造出新的自我发展之路，指引我们走在追求文明、艺术和人道主义的阳光大道上。这也让我深信，理想主义最终将会战胜物质主义。我的这种信念并非是忽视人类罪恶和苦难，而是坚信人性本善。人性之善的光芒必然会得到发扬，而人性之恶就会逐渐遁形消失。生命必将以其充沛的活力开辟新天地。

从懵懂幼稚的童年到成熟而忧郁的中年，乐观主义都始终与我相伴随。慢慢地，我明白了那些背离上帝善意的悲剧与恐怖，也能完全领悟到世间万事的艰险。但我仍然对于一切的进步拥有信仰，而这信仰始终没有减弱。

在我周游世界时，我听见了到处都是渴望精神、真理的呼唤，看见那些不幸的人——盲人、耳聋者等等得到了关怀。如果人们没有对于大众幸福的热切追求和向往，这一切就难以出现。

站在命运之神面前，我们有两种态度：仰视它，或者俯视它。其实，从某种意义上看，我们都漂流在命运的洪流中，只能随波逐流、任其摆布、手足无措。同时，我们还要担心命运中那些不可预测而又可怕的因素，比如战争、贫困、无知和野蛮。但当我们仰望真理之钟时，将人类进步的历史置于宇宙中，我们发现人类发展至今才仅仅几秒时间。我相信，在人类智慧的头脑和善良的内心面前，这些问题和冲突会激发出希望的启明星，给宇宙带来黎明的祥和之光。

如同其他人，我面对这充满困惑和愤怒的世界时，也曾努力寻找自己，希望有生之年得到运用。我相信，如果你和我一样，从现在开始真诚地对他人，愿意为他人付出，那我们生活的世界就是天堂了。任何一项有用的工作都是促进人类福利的一部分。即使是最卑贱的工作，也超越了仅为谋生之目的，而是服务于一种精神或社会的需求。我从事了多年的残疾人服务工作，我幸福地感悟到我可以成为“命运的建筑”，直到我的生命终止，我都将会不断的成长、进步……

我从来都不困惑是否存在超自然的天堂，因为我确实感到一种源源不断、让生命升华的幸福感。我也相信，有另外一个世界存在，它和我们所生活的尘世一样真实而且充满着变化和奇迹。上帝之所以赐予人类眼睛和耳朵，就是为了让我们更深刻的感知：在我们生活的尘世中，在我们每个人的肉体之中，隐藏着人性的善与美，掩藏着创造性的思想。

我相信，从某种角度来看，灵魂是不断轮回变迁的。不是从人间到天堂或者地狱，而是在个人的人性之中各个阶段不断地升华、无限延伸。人既能够成为天使，也会变成恶魔，只是天使选择栖息于光明之中，而恶魔则生存于黑暗下。是的，任何信仰上帝的民族，即使是那些出于为善的愿望而崇拜偶像的人，他们都被教导着与周围的人和平幸福地共同生活。

当你付出的服务中融入你的热情、友爱和真挚的感情，它们就会散发出怡人的芬芳，演奏出美妙的音乐。天堂的生活正如鲲鹏遨游、天马行空般自由自在，没有时空的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



限制。只要你愿意，你就可以让你的生活和世界变成天堂。

我相信只有万能的上帝才拥有完美的至境，而生活在尘世中的我们，可以怀抱着“身虽不至，心向往之”的信仰去追求这种完美的至境。这也是我们热爱上帝的方式，它会使我们更加高尚、更用心地去体悟“永恒”的无限欢乐。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章　一面天使，一面恶魔

我们说过，人既有天使的一面，也有恶魔的一面。我想每个人在年轻时都做过丑恶的事，而不幸的是，有的人一辈子脑子里满是罪恶的思想、做着疯狂的事情。他们的灵魂为何会被吞噬为黑洞？谁吞噬了他们的灵魂？唉，《圣经》上也说：一切的光明与繁华后，世界会复归于黑暗……这么说，难道人的灵魂原本就会成为一个深不见底的黑洞？或者说灵魂本身就是一个旋涡中的黑洞？我曾经梦见自己化成了烟，不是一缕袅袅的青烟，而是一股浓黑恶臭的鬼烟！然而我却丝毫不觉得恐惧，反而感到十分快意，萦绕着爱人雪白而战栗着的躯体在歌唱……

在上帝眼中，光明与黑暗并没有区别。但我不能这样苟且自己，我要拯救自己陷入黑洞已久且即将飘散的灵魂。现在我要去见一个人。

20 分钟后，我来到了杰・比・菲利普那英格兰风格的家。这时候我还不知道，我就要从他那儿听到一个我从未听过的故事。在我的印象中，这位伟大的《圣经》翻译家应该是厚重而严肃的人，就如同他家房子上一块块厚重的石头。他在我心目中是一位拥有坚定信仰的精神巨匠，他拥有不可动摇的地位。但今天我要谈到的，却是这位受人尊敬的大师的另一面。还是让我继续回到故事吧。

当我按响门铃，一个妇人开门接待了我，她穿着棉质居家服，满脸热情的笑容。我想她一定就是菲利普太太了。

“请进，”她说，“杰克在书房里，他马上就出来。”

“杰克”是菲利普的朋友对他的称呼。几分钟后，他出来了，穿着随便，脸上也是热情的笑容。这让我感到一种成为他们家人的亲切感，我在心里告诉自己：我会爱上他们的。

“你想看看我的书房吗？”菲利普博士说。通过在外面的一条小路，我看到了他孤零零的书房，这让我有点惊异。但是书房里却是十分温暖舒适。我甚至能够想象菲利普博士在这里把一篇篇晦涩难懂的古希腊经文翻译成英语，然后这些翻译手稿，从这个孤零零的书房里送出去，成为各种各样的出版物。

我们一见如故，便很愉快地聊起来。我以前就听说菲利普博士曾生过一场大病，不知不觉说到这件事。菲利普博士说，这不是身体上的病，而是精神上的病。

我是不是听错了？

菲利普博士继续说：“在过去 4 年时间里，我遭遇了‘灵魂黑洞’，这是许多古代作家对这种精神状态的描述，也许这个词有些可怕，但是这的确是一件可怕的事。但我确实感觉到它在我心灵深处吞噬着我的灵魂。我知道，这是魔鬼——真真切切——这个魔鬼能用各种无情的方式打击我们。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

菲利普博士事业的兴盛始于几年前他的作品所获得的意想不到的成功。1941 年，他已是一个教区的教士了，当时有很多年轻人总是在精神沉沦时去他所在的伦敦教堂听道。他说："我发现，他们当中的很多人对《圣经》一无所知。但我相信，这只是暂时的，一个年轻人的精神不可能长期处于没有信仰的惶惶状态。"于是他就翻译了《给新教堂的信》。

塞·斯·列威斯看了这部翻译作品后，写了一封热情洋溢的祝贺信。"看到您翻译的经书就像看到一幅古画重新焕发光彩一样，"列威斯写道，并鼓励菲利普尽可能翻译出其他经书来。为了完成这个使命，菲利普花了 6 年时间，翻译出的经书取得了巨大的成功。随之而来就有了无数的布道、无数的演讲、无数的信件，他获得了人们的喜爱与尊重。

"我想做完一切，然后恢复平静的生活，"菲利普博士说，"可是我发现这变得越来越困难，我的压力越来越重，我越陷越深，我开始意识到成功下面所隐藏的危险。"菲利普博士站起来走到窗台，接着说，起先这种新生活新鲜而刺激：他受邀到世界各地做布道、演讲，经常在各种媒体上抛头露面，他的书也在世界各地广泛出售。他拥有一个普通传教士没有的荣耀、名誉、金钱、地位。

"然而在我华丽光鲜的外表下，却有一个来自黑暗的蔓藤正在我毫无所知的情况下蔓延生长。等到我反应过来时，一切已经太晚。"菲利普说着，突然把脸朝向我，"撒旦对我发起了最猛烈的攻击。他营造了一个根本就不是菲利普的菲利普。我不再有平常人所拥有的平常心，我要求我写的每句话、每件事都要超越过去，我正陷入无限的野心之中！这个阴影逐渐在我的心中扩散，我已经不是我自己了，我无法忍受这样的自己，我越想毁灭这个阴影，而这个阴影就越来越将我置于我自己结的绳套里。

"我失去了翻译和创作的灵感，就像涌动的泉眼突然干涸了一样，我知道：这是撒旦的对我的第一个打击。"菲利普接着说，不仅在写作和翻译上，其他方面也出现了同样的问题。"我喜欢画画，可我突然之间失去了对颜色的感悟力，以前我只需要几秒钟就可以做好明暗调和，可是现在我怎么也做不好。紧接着，夜晚的打击也接踵而来。

"这真是噩梦中的噩梦，白天我遭受了一次又一次的打击；晚上，梦魔开始肆意地侵蚀我。无可比拟的恐惧紧紧攫住我的理性，无穷无尽的罪恶感刷刷扫倒我的自信。我突然感觉上帝已经弃我而去，我不断祈祷，上帝却越来越远，已经遥不可及。"

无形的恐惧？萦绕不去的罪恶感？上帝遥不可及？我惊讶地看着面前这伟大的基督徒。为什么他也会有这种被黑暗吞噬的感觉？我原来以为只有像我们这样信念不坚定者或知之甚少者才会有这种情况。但值得庆幸的是，我面前的菲利普虽然在孤独中挣扎，但是他正一点一点走出黑暗的侵蚀，走向胜利的曙光。

菲利普博士的女儿珍妮芬，从门口探出头来，叫我们吃晚饭。在与他的家人共享晚饭的半个小时里，我们谈了很多轻松的话题，可以说是其乐融融。但在分别时，菲利普再次告诉我那"黑洞"并非幻觉，而是生命中最真实的存在之一。对于这个恶魔似的黑洞，我已经无法解释。但我知道，唯一的拯救之途是：让我们成为上帝。是的，成为上

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

帝，而不是其他：人或魔鬼。

回家的路上，我陷入了沉思：我们在做什么？我们是否有能力摆脱生命的旋涡与灵魂的黑洞？我们可以成为上帝吗？这算不算反叛？所幸的是，我真真切切地感觉到：我是一个“人”，我爱这个世界。也许这就够了。也许一切也不像你想的那么难……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章 有了信仰，才真正有了自由

当你拥有了信仰，你才真正拥有自由。人只有从认识到“神”的那天起，才是一个具有绝对精神的人，一个自由的人。

对于很多人来说，“童年”是一个神秘的时段。没有任何人可以清楚地回忆童年遇见了什么，心里面想着什么。我的童年，最为深刻的记忆是我遇到了神，而且我还想：我如果能成为上帝，那该多好啊。虽然事实上这是不可能的事，但这丝毫不影响我坚持自己的信仰。但是初次遇见神，我真是有说不出的恐惧——那是无法形容的恐惧。

在 20 世纪初一个 4 月的早晨，我被保姆领着来到巴尔迪摩的一个小礼拜堂。在这个灰色石头砌成的小礼拜堂门口，主日学校的老师欢迎我进去，而且用阴森森的口吻说：“现在你正站在上帝的屋子里。”这让我十分恐惧。“哪儿?”我颤抖着问，“上帝……在哪儿?”“上帝……”这位女士缓缓地说，“无处不在。”既然是无处不在，我想那他肯定在某个地方，就像捉迷藏一样，他必定躲在某个角落。于是我为了找到上帝，从椅子上跳下来，在“小水滴”的歌声中满屋子跑来跑去。我趴到椅子下面去看，跑到工具橱里去瞅，最后从管子后面出来时，已灰头灰脸、气喘吁吁。我没有找到上帝，我忍不住呜呜地哭了起来。

这只是我寻找上帝的开始，此后，我从未放弃，继续寻找了半个世纪。在孩提时代，我在生活中最为关心的问题就是：上帝是否存在？但直到今天，我还是不能理解那些睿智的人如何用其他方式来思考它。我想每个人都应该知道，上帝的存在是一个不容否认的事实，因为每个人的决定都受着上帝的影响。

在我搜寻的过程中，我涉及很多不同的领域。我花了十多年的时间研究比较宗教学、佛教到巴海教到偌那禁欲主义。我作为《巴尔迪摩报》的记者，参加了许多宗教会议，比利主日学校的福音会，甚至在漆黑的屋子里等待招魂师召唤鬼魂降临。

30 岁之前，我认为上帝的存在是不可知的。那时候，我还认为自己是一个自由的人，当然，我坚守着各种社会道德价值观，毕竟这些和我的生活并不冲突，而且我拒绝任何的迷信。我一直以为我在这种俗世的生活中保持着平常心、善良的忍受与宽容，这会让我获得快乐，然而事实并非如此。我知道，很多其他人也和我一样，没有得到快乐。因为我的很多朋友也有和我一样的困惑。我想，这个世界上的人大概都差不多，谁也没比谁好过。我们当时正是独立、自我意识很强、一直对父辈的老式信仰嗤之以鼻的一群年轻人。虽然我们也得到过看似快活的快乐，但这种胡闹之后，却留给我们一片茫然。我们带着这种自由的态度和思想，组成了一个安定团结的群体。但是我们谁也没有获得安全感，反而内心充满了失望、不安与不满。

这种内心的沉重和失落与事业成败无关。在我的朋友中，很多人已经名利双收，或者至少都有不小的银行存款。然而，无论他们拥有多少财富，他们在媒体上出现过多少

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

次，新财产、新妻子、情人不停地流动……他们渴望得到的又不想拥有了。这种现实的矛盾困惑着他们，他们去看医生、找心理学家、学瑜伽等，然而一切都无济于事。

这个世界充满着罪孽、自大、自卑、嫉妒、仇恨、阴险、恐惧、怨恨、吝啬与憎恶。今天也许已经是再好不过了，但他们希望明天能够更好。我说的他们其实是指我们。今天，1950 年的今天，有 800 万的人像我们一样需要心理治疗。而一年后，心理医生告诉我们，这一数字将达到 1000 万。

在这片昏暗不明的天空下，在这个迷茫的世界中，我终于找到了出口，这让我永远心存感激，很难说清楚这一切是如何发生的：我对于将自己的伤疤揭开、暴露于众目睽睽之下并不感到羞耻。也许你还记得崂兹的一个不平凡的难民的故事：这个难民叫费朗茨·威斐，他是著名的自由主义作家。他和妻子从纳粹前线的德国逃出来，一直向南走，穿越了法国。而盖世太保却在他们身后紧紧追逐。他们清楚地知道，被抓住了就意味着被送进集中营。他们希望安全通过西班牙边境，然后漂洋过海到美国。但西班牙官员却不让他们通过，贿赂和哀求都无济于事。他们往回走的时候，躲在派瑞尼一个叫崂兹的小镇里。这一晚，这位流亡作家站在神龛面前祈祷，不由得悲从心来、痛哭不止。

“我不相信你，”他哽咽地说着，“这是我的真实想法。我现在冒着死亡的危险，我已经不能承受这种折磨了，您是我们仅有的希望了。我祈求您的垂怜，保佑我和妻子安全地穿过边界，等我到了美国后，我会将我的故事写下来，让世界的人都能读到。”

奇迹发生了，弗朗茨·威斐和他的妻子一个星期后安全地通过了边界。一踏上美国的土地，他就写了《伯拉德特的赞歌》。直到现在，这位流亡作家写的故事仍是对信仰的最好赞词。他临死前告诉我：自从那一次生死攸关的恐怖经历后，他开始知道上帝的存在了。他知道上帝无处不在，没有抛弃他。

苦难与幸福对人类来说具有深刻的意义。现在类似的事也在我身上发生了。虽然没有从希特勒魔爪下逃出来的惊险，但在我表面上平静如水的生活里，却深深潜流着许多旋涡，这让我感到恐惧与不安。我曾经认为上帝的存在是不可知的论点，现在已经不能支撑着我了。许多的麻烦挤满了我的内心，使我的生活一片狼藉。不仅仅是我，我最亲近的人也陷入了同样的困境，直到我真切地感到我需要上帝的帮助。然而，即便在那种时候，作为一个有理性的人，我也从未强迫自己去相信或假装自己去相信。我能尽我我最大努力做的，也是最好的方式就是：我希望自己能够信仰上帝，这就够了！

信仰是一种你必须去祈求的礼物。“哦，上帝，”《圣经》里一个人祈祷道，“我相信您，请您帮助我，虽然我从没有过宗教信仰。”接着他便向上帝倾诉他的困苦，威斐这样做了。现在我也这样做了，不在巴勒斯坦，也不在派瑞尼，而是在一个狂风大作像黑夜的白天，当时黑云低低压着城市，我站在第五大街广场边的一个小礼拜堂祈祷。我在这狭小的屋里跨出了重要的一步。

“10 分钟里我可以改变主意，”我祈祷道，“我可能会嘲笑我自己（又折回去爱自己的错误），但那时别管我。因为此时我真的有这种想法。我已经尽力了，请接受我此时此刻的祈祷，忘记其他，如果你在这，请帮助我。”当我走出来时，出现了激动人心的景象：阳光冲破了黑压压的云层，在广场上照射出斑驳的光影，广场也开始焕发出斑斓的色彩。同时，经过这 10 分钟，这奇迹的过程。那一直困惑我内心的问题都奇迹般得

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

到了解决。也许在那些理性的人看来，这复杂的一系列事件仅仅是一个美丽的巧合。

在此后的时间里，再也没出现过类似让我困惑的问题了。然而这一天，通过一个偶然、简单的祈愿，仅仅是我开始真正了解上帝的开始。我明白，祈祷并非自动售货机，你投入硬币就能得到你想要的东西。我们祈祷，不仅是为自己祈祷，同时也要为他人祈祷，乃至于为我们得到的恩赐而祈祷、表示感谢。每一天，每一件事，不论我们在无尽的幸福中，还是聚会交流里，在与父母联系时，我们都要祈祷，不为什么，只为了了解他的愉悦。

祈祷之时，就是上帝所在之地。祈祷之后，我们就知道他是我们的父，是我们的朋友。即使在这种深远的宁静生活里，你的心依旧热情活跃。你的善心不仅仅是给慈善机构捐献支票，你可能会因为自己的奢侈而感到羞愧内疚。这些慈善的赠与是社会的必须，却永远也不会有终点。我们还应顺应天性、愉悦我们自己。当我们真正认识上帝之后，就会满怀渴望地去为他服务。有了上帝，我们便有了爱，我们便学会了爱与被爱。我们相信，那些食不果腹的人、病入膏肓的人、孤苦伶仃的人、衣不蔽体的人、无依无靠的人，都能得到应有的爱。因为我们会用双手去拥抱他们，分享自己从上帝那里得到的温暖。

我的信仰和上帝伴随着我走过了半个世纪的人生旅途。随我上公车，让我牵起乞丐的手，使我为了维护正义挺身而出。它就在我的臂弯里，与我肩并肩同行。经过了半个世纪，我才真正知道上帝的存在。

可人生已沧桑……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章 只有在黑暗中，光明才显得耀眼

那是1958年圣诞节前一个忙碌的星期五，为了圣诞节有时间和家人们安心欢聚，我一直在我经营的修理工具商店里忙来忙去。突然，警察局打电话告诉我：我5岁的孩子克瑞格出车祸了……

当我赶到现场，围观的人群主动给我让出了一条路，我看到我的儿子安静地躺在路中间。他那棕色的卷发竟然没有被弄乱，一卷一卷，活泼泼的，可他的身体却不动了。那天下午，他在儿童医院就停止了呼吸。我顿时感到天旋地转，这一惨剧竟然发生在学校的岔路口。很多目击者告诉了我事情的经过：克瑞格站在路边等着过马路，直到交通巡警挥手示意可以穿过斑马线了。我想他肯定还记得，上幼儿园的时候妈妈就一直叮嘱的："没有信号不过马路!"他的确没有忘记妈妈的话，他看到巡警的示意后，才开始穿越马路。可就在这时候，一辆车迎面直冲了过来，巡警大喊着，挥舞双手示意停车，然而这车并没有停下，巡警赶忙躲开了，然而这车却直冲向我的儿子——克瑞格……

那天晚上，我和妻子克瑞斯从医院驱车回家，经过为圣诞节而装饰起来的五彩缤纷的大街，却突然感觉五彩缤纷的世界顿时失去了色彩，我们无法相信最亲爱的儿子就这样从我们的生活里消失了。我坐在克瑞格那张小床上，看到这张空荡荡的小床，我的心也失落了。这应该是温暖的夜晚，妈妈在他床前讲故事哄他睡觉，可是这一切都不复存在了。我禁不住失声痛哭。我和妻子彻夜未眠，我向挚爱的上帝寻求指点迷津的启示，但是除了痛苦煎熬的黑夜，什么也没有。

我和我的父亲都有着悲惨的童年记忆，以致我还是一个孩子的时候，就对未来失去了期望。父亲出生在19世纪的德国——这片曾被认为是基督教的土地，他出生不久就成了孤儿。孤儿在当时就像今天出租机器一样出租给农民，你难以想象他所遭受的待遇。父亲常常说他的整个童年都没有感受过家庭的温情或父母的慈爱。童年种种悲惨的经历，使父亲最终变成一个郁郁寡欢的人，生命成了走向坟墓的一段多余而又痛苦的荆棘路。

他和另一个孤儿结婚，紧接着孩子们也一个个出世了，然后他们决定移居美国。父亲依靠在一艘船上打工到达了美国。他在纽约港口上岸，住在西西里提——有许多德国人定居的地方。他努力挣钱，同时打好几份工。一年半后，他便有了足够的钱把一家老小接到美国。

在来美国的船上，我的两个姐姐感染了猩红热，死在了爱丽丝岛。由于遭受到这样的打击，母亲也仿佛丢了魂，从那时候起，她对生活已经完全失去了信心与爱心。我就在这样一个冷冰冰的家里长大，没有欢笑，没有信仰。

我结婚后，就下定决心不让自己的孩子也生长在这种悲惨的童年阴影里。我和妻子生了4个孩子：戴安娜、迈克、克瑞格和露丝·卡罗。特别是克瑞格的出生给全家带来

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

了欢乐，也驱散了我内心对于童年的阴影，让我对未来的生活充满了期待。他还躺在摇篮里的时候，不论是谁围在他的身边，他的脸上都会荡漾着粉嫩的笑容。他 3 岁的时候，当我们去别人家拜访时，他就会跑到女主人那儿去，奶声奶气地说："你家的房子好漂亮哎！"他还会因为收到了礼物而感动流泪，然后把礼物送给想要礼物的孩子。礼拜日早晨，当我的妻子打扮好准备去教堂参加合唱时，他总是围在妈妈身边，发出几声啧啧赞叹"你可真漂亮哎"。

这么可爱懂事、给我无限希望的孩子就这样离我们而去了。那天晚上我就躺在床上盯着天花板，我突然感到生命的渺小微弱，就像烛花一样稍纵即逝，甚至没有遗留一点光迹，就这么毫无意义地走了一遭。我甚至认为对上帝的信仰也只不过是一种自我幻觉罢了。第二天早晨，警察把肇事者带到了我们面前，我积蓄的失望和无助终于找到了一个宣泄的出口，他给我们家带来了灾难，我心里满是盲目的仇恨。而这个肇事者——一个叫乔治·威廉姆斯的 15 岁男孩，据警察了解，他来自于一个破碎的家庭。他单身的妈妈晚上上班、白天睡觉，趁他妈妈睡觉的时候，逃学的他偷着开出妈妈的车到街上闲逛。我所有无名的怒火都集中在这个名叫乔治·威廉姆斯的人身上。我给律师打电话，要求他务必让威廉姆斯受到应有的惩罚，他一定要接受成年人的判决，青少年法庭的惩罚远远不够。

然而不久就出现了彻底改变我人生观的事。我现在还没法说明白，这一切是如何发生的，我想它就在转瞬之间。孩子离开的第二个深夜，我依然无法安睡，特别是见到白天见到那个肇事者之后。我就双手抱着头在客厅里踱来踱去，我头晕脑涨，感觉非常累，也非常无助，"哦，上帝，"我祈祷，"告诉我为什么！"就在我即将落脚时，我的生命发生了剧变：呼吸时所有怨气也一口一口地呼出，爱和欢乐突然充满了我被清空的心房。这是一种强烈的生命转换，就像被注入了新的生命，我的内心光明而快乐。难道这就是很多人说的"上帝的存在"？我以前只觉得它是一种抽象理念上的想法罢了。可是，我现在正真实地感受着，来自上帝的慈爱正在充盈我小小的心房。

也就在这一瞬间，在我迷茫失落的精神迷境里，我看到心灵天空有一道光冲出来，照亮了我的心宇。我眯着眼，看着这奇异的光。仇恨、悲伤、怨恨、愤怒——我实在无法摆脱的一切——像黑夜中的鬼魂，在清晨的阳光照射下消失得无影无踪。同时，我似乎与一个千里之外的"我"冥冥之中相通了。的确，这是一种异乎寻常的感觉，我变成了两个人，我接受了"我"的爱和快乐。我试图记住这一切的景象和感觉，然而这一切我都难以用理智的思考解释清楚。我就是在这种非逻辑的心态下，解决了困扰我的问题。我也明白为什么克瑞格会离开我们。虽然我不能见到他，也不能碰到他，但我们依旧心心相印。他懂事得就像一个男子汉，而我倒像一个小孩子。他在那个世界那么忙碌，无需我们去过问，我们也无法去过问。我依旧还生活在人世间，还要继续做人间的事。

我恍然大悟：生命原本很简单！在我思绪不断闪现的时候，我的心中不断萦绕着一段话："生命就像学校的一个年级，在这一年级里我们仅需要学好一课：学会建立爱的关系。""哦，克瑞格，"我想，"小克瑞格，你学得多快啊，你的进步多么大，你只用了 5 年时间就修满了生命的课程。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我不知道自己在客厅站了多久，那时候在我心里就已经没有了时间的概念。我打开卧室的门，我的妻子还茫然地坐在床上，不读书，不做事，眼睛无神地盯着前方。自从昨天下午后，我和她也不像平时那样忙碌了，仿佛都有很多时间，而这时间又是如此痛苦地绵延着。她感觉到了我，眼睛缓缓转向我，然后轻轻地叹了一口气，尽量把身体坐直。我开始试图把我所感悟到的一切告诉她，我颤抖的声音，偶尔发一声笑——想缓和缓和气氛。这个世界并不偶然的，生命总会意味着什么，人世间的悲剧并不是结果。我们生命里种种未竟的事业是一个目的的部分，这个目的也绝不是我们个人意义上的希望。

“今晚，”我说，“克瑞格不再需要我们了，但其他人很需要。圣诞节快到了，乔治·威廉姆斯也许还在青少年拘留所里，他可能没有圣诞节礼物，除非我们送给他。”

克瑞斯静静地听着，只盯着我。突然她放声大哭。“对啊，”她哽咽着说，“这就对了，就对了。这是克瑞格死后，我们能做的第一件好事。”事实也证明我们做的确实是一件好事。我们立即申请释放乔治，他是一个有理性但内心迷茫、心灵孤独的大男孩，他需要爸爸正如我需要儿子一样。圣诞节那天，他得到了我妻子送的圣诞礼物——一大盒精美的小甜饼，他母亲也得到了。几天后，他来我家，这里也变成了他的第二个家。毕业后，他到商店里给我帮忙，他就像我家的大儿子，戴安娜、迈克和露丝·卡罗的大哥哥一样，与我们一起吃饭。

不仅仅对乔治的态度发生了改变，这次经历也影响了我对生命、生活的态度。比如我在做生意的方法上，对朋友、对陌生人的态度上等等。以前，我一直不敢去承受人间至喜，我担心这种至喜之后将是大悲。但现在，无论未来的生命将会发生什么，我相信我不会再陷入深渊。论生活的意外和困境如何撞击我的心，我依然会面带微笑、内心快乐地面对一切。

因为我已经度过了人生的黑暗之时……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章　注入奋发向上的精神血液

曾经有人这样对我说："我为什么要信仰上帝呢？没有教规的约束，我想做什么就做什么，我依照自己的意愿生活，我可以快活地过日子。可是你们竟然说这是罪恶的行为！"我知道，很多人不会这样公开地质疑，但是他们内心的想法也大致如此。然而在罪恶中寻求的快乐是短暂的，你总会在人生的某个时候发现：心底有阵阵的绞痛和隐隐的不安。

一位拥有5000万资产，在东部大城市某公司任经理的69岁老者向我倾诉："我拥有我想要的一切，可我还是这个城市里最悲戚的人。"还有一个在好莱坞颇为知名的明星，也说了类似的话，虽然他身体强壮，但他承认他的生活无聊、内心空虚。

这两个典型的人物说了一个具有普遍意义的问题：财富和名誉并非生命的全部意义。其实千万大众也会有此同感。很多人都认为隐瞒和欺骗可以掩盖真相，甚至他们这些隐晦的想法是上帝都无法察觉的。然而他们错了。这些行为是上帝所不悦的，他们的心灵也不会得到片刻的安宁。为了涤荡心灵，扫除内心罪恶的想法，他们需要注人奋发向上的精神血液。

吉姆·瓦斯是二战后的一名电子技术技师。他凭借优秀、熟练的技术，在美国东海岸的几家大赌场工作，赚了不少钱。有一天晚上，他要从洛杉矶乘飞机去圣路易斯办一件重要的事。离上飞机还有一段时间，他就到了我所在的教会来消磨时间。他表情冷漠地站在大厅里。"你可以跟我一起去做祈祷吗？"一个文质彬彬的人拍了拍吉姆的肩膀，这时候我们准备一起做祈祷。吉姆却大为恼火，低吼着说："别烦老子，不然敲碎你的脑袋。"文质彬彬的人却很泰然地回答他："你可以做你想对我做的任何事。"然后不紧不慢地接着说："但这对于你和上帝来说都是不应该的。"吉姆·瓦斯的心"咯噔"一下，他的内心受到了强烈的感触，他的脸也因为激动而扭曲。他大步走到前台，决定打破他那陈旧的生活，融人教友的圈子里，体味真情。

现在，他已是一位虔诚的教徒，当然他也是热忱服务于上帝的志愿者。吉姆·瓦斯后来得知，那晚在圣路易斯有一个想枪杀他的人在等着他，幸运的是因为他闪现的善念让他错过了那班飞机，也躲过了死亡的危险。

这个上帝引导个人的故事也许太有戏剧性了。其实，成千上万的人也在经历这种再生，经历虽然平凡简单，但是对于他们每个人都具有深刻的人生意义。也许有人会问我，你说的"再生"是什么意思。在上帝之子耶稣的光芒照耀的天空下，上帝为你神圣的生命注入人的灵魂，这就是再生。当然上帝不会随意给人再生的机会，再生有两个条件：对上帝全心的悔悟，对救世主忠诚的信仰。

我们的教友会以家族和家庭为主，常常是一家人来做礼拜、祷告。曾有一对已经离

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

婚的夫妇，一天他们分别去参加一个教友会。他们相遇了，面对面站着，惊喜万分地拉起对方的手，热泪盈眶……

教会就像一个拥有共同信仰的大家庭，我们时常在各地的教会举行聚会。在一两个月时间的聚会里，教友们齐心协力、互帮互助，我们以各自的方式表达对上帝的爱。我们以此荣耀上帝，我们因此而激动振奋。在这样的日子里，我们不断地祈祷，希望能用我们微薄的力量、坚韧的心志，去呼唤迷失的灵魂回家。如果你对我们表示怀疑，甚至漠然地轻视，我能够理解你的心境和想法，因为我也走过你的心路历程。也许你会说你只是一个软弱的人，不能服务他人，更不能为上帝服务。让我告诉你，许多如你一样，甚至不如你的人，现在正成为服务于上帝的最热情的志愿者。《圣经》里说力量出自于嫩花柔荑。

在 1934 年的北卡洛林那的夏罗特市，当时我还是一个乳臭未干的 16 岁少年，我第一次参加这样的聚会。当然，那时猴瘦猴瘦的我很想成为一个强壮有力的棒球队主力，最不愿意的就是做传教士。

我还清楚地记得，聚会的第一天晚上，我缩在一个胖女人宽大的帽檐下。突然像风吹波浪涌来一阵阵的松香，从鼻尖流到我的心里。在我的心里翻腾一股奇怪的心潮，我在那瞬间顿悟了基督。虽然我来自一个基督世家，但我不得不说，十来岁的我正是天真而自负的时候，我对基督世家毫不在意。到了第二天晚上，我却坐在了教友中间，热情洋溢地对答种种询问：你因拥有基督而知足吗？假如成为修道士你会依旧快活吗？你信念的守护者会是谁？为什么我经过了一晚就开始做出抉择呢？

这些问题根源于小我的自大，年轻的我一时难以躬下身躯向上帝致意。直到我公开表白心甘情愿做上帝勤劳的仆人时，那一刻上帝才真正进入我的心灵之门。当时我还在想，我应只是信仰上帝，不会成为传教士。然而经过几个月连续参加了几次基督祈祷会后，我便决定终身都成为传教士了。我用了一整个夏天卖刷子挣钱，因为我要赚钱去读神学院，我要成为传教士。这次经历使我大悟：不管你在卖刷子还是信仰上帝，若你心中燃烧着一团热诚与自信的焰火，你的灵魂中就会获得新鲜的生命。

18 岁时被一个女孩子抛弃的经历深深刺痛了我，她说我未老先衰，不能让生活热情如火。在经过长期深刻地反省之后，我决定今生就踏踏实实做好一件事——不是为我，而是为了上帝。

在佛罗里达神学院上学期间，最初我在附近的小树林里练习传教。几乎每天我都躲进这片沼泽地，将笔记本放在树枝上，对着唧唧喳喳的小鸟传福音，似乎凶猛的鳄鱼、蹦蹦跳跳的青蛙和这蓝天白云下的一切都在倾听……

曾困扰过无数有志于为上帝工作的人的问题，这时也困扰到了我："我怎么知道上帝乐于见到我这样做呢？"我得到答案的唯一办法就是祈祷："上帝，如果你乐于看到我这样传教，请给我一次布道的机会。"

就在当天，有一个人找到我，他说他听过我的传教，并希望我当晚能到街区的福音会去布道。我想这就是上帝的回答，他让我的祈祷成为现实。从此我开始了传教的生涯。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

现在，一个愤世嫉俗的人不停地问我："上帝怎么给我恩赐？如果我一心信仰基督，他会给我什么好处呢？"我严正的告诉他，上帝会给我什么：

他宽恕我的罪；涤荡我心灵的垃圾，使我内心祥和；他驱散我惧怕死亡的阴霾；使我的创造之力永不枯竭。但，比我得到的恩赐更重要的是，我从此可以为他勤勉不懈，达我心志。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章 于太空之中见证福音

1968年的一个星期天，我准备离开德州去肯尼迪角参加登月行动。我大步走进教会会长的书斋。我是来请假的，像以前一样，我不能参加今年的圣诞夜诵经课了。

“嗨，先生，你甚至宁愿去月球也不愿去诵经，是吧?”一个职业诵经者半开玩笑地告诉我。“可不能让他就这么便宜逃脱了诵经，他在宇宙飞船上也得诵经。”另一个说。

于是我萌生了一个念头：在太空的宇宙飞船里为和平祈祷。我知道在圣诞前夜，我们的会长詹姆士·博克纳神父要以和平为主题布道。假如我们恰巧在他布道结束时发来来自太空，为和平祈祷的信息，那该多棒!

但我们马上就遇到了难题。在圣诞前夜举行布道的时候，我们的飞船正好在月球背影面，与地球的联系会暂时中断，而且在飞行计划中规定的电视转播时间也没有在圣诞前夜的。最后，我们找到了一个折中的办法。我在绕月飞行时朗读为和平的祈祷，地面的国家航空航天局接受信息，将这段录音传到教堂。詹姆士·博克纳神父可以录下录音，在仪式结束时播放这来自太空的祈祷。

虽然这一计划就这样定下来了，而且也临近登月计划的时间了，我们告别家人起程前往肯尼迪角。但随着时间的推移，我渐渐感到不安。我将这段来自太空的祈祷仅仅传递给一个教堂，这传播的范围是不是太狭窄了。我的同事比尔是个天主教徒，吉姆虽然跟我一样是圣公会会员，但去的是另一个教堂。而且在发射基地还有几千不去教堂的人怎么办呢？于是我跟另一个宇航员商议，让祈祷的传播范围更广一些。

有天晚上，在肯尼迪角我们正准备就寝的时候，我对比尔和吉姆说“你们想过吗?圣诞前夜会有10亿人看着我们呢！想想，我们怎样才能让那个夜晚变得意义非凡呢?”

这个问题一直困扰着我。我让他们尽可能多提建议。比如说，比尔建议我们读一个传统的圣诞故事，但是这就排除了所有的非基督教徒。那几天晚上我打电话给许多值得信赖的朋友。我打电话给发射地，给华盛顿，给家里，问我的妻子苏珊和两个儿子的意见。

最后有一个人——他要求隐去他的名字——想出了一个谁都没想到的主意，“为什么不读上帝造人的故事?”吉姆、比尔和其他预备队员都表示赞同，我在家里的妻子也很赞成。

的确，我们在太空俯视地球，看着上帝创造的这个世界时，朗读“创世纪”就是最好的选择。

在国家航空航天局几乎没有什么审查制度，这也是我乐于在此工作的原因之一。在这儿，从来没有人告诉我应该说什么或不该说什么。不过，出于礼貌，我还是跟局里的负责人乔治·米勒博士和罗伯特·吉尔罗斯博士谈了我们的想法。第二天中午吃饭时，我抽出一张纸条，上面写上了“创世记”中的前10句，跟他们解释了我的想法。吉尔

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

罗斯博士很高兴地说："我正在猜测你们会想出什么主意呢，这可是个好的选择。"

于是我们就开始着手准备了。吉姆、比尔和我决定各自带上一本《圣经》小册子。但问题出来了，圣经是用易燃的材料做的，在宇宙飞船中容易燃烧甚至引起事故。所以必须得用特殊的防火塑料重新装帧，但是这样就难以阅读朗诵了。如果把《圣经》直接打印在飞行计划里，不就解决了么？因为记载飞行计划的纸是用防火材料制成的，这样一来，用电视转播朗读"创世记"就十分方便了。这样我们就把"创世记"中开头的10句话加入到了我们的飞行计划中。吉姆、比尔和我把"创世记"与和平祈祷一起带上了飞船，我会在环月飞行中把它发给圣·克里斯托弗的人们。

由于数千人长达数年的共同努力，1968年12月21日7点01分，我们的飞行开始，而且飞行非常顺利。祈祷也是这种努力的一部分，让我倍加惊喜的是，有许多人告诉我他们也会和我同时朗读"创世记"，为和平祈祷。

我们到达了月球上空，开始了环月飞行，大约有一个小时我们处在月球的背面，完全是在黑暗中缓缓升起。当我们最后一次进入月球背面前，飞行时刻表提醒我们朗读"创世记"的时间到了。我们的朗读开始："起初天主创造了天地。大地还是混沌空虚，深渊上还是一团黑暗，天主的神在水面上运行……"当我们再次进入寂静的背面时，刚好按时完成这一"创世记"的使命。至少，我们觉得已经完成了自己的使命。

当我们返回时，发现并非所有的人都赞同我们朗读"创世记"。我们收到了34封抗议信，特别是有个妇女提出了强烈的抗议，认为宇航员不应该面向全人类表达他们的宗教信仰。当然还有一些人也持同样的观点。但很有意思的是，同时有来自世界各地的将近100万封赞扬我们这一极富意义的举措。有一个刑满释放的男人写信说，没有人知道他的过去，可当他听说有人抗议我们在月球上读《圣经》时，他以一种极富戏剧性的方式表达了他的支持，他要告诉全世界的人那不为人知的历史。古阿特马拉主教还写来感谢信，感谢我们朗读了这段选自《旧约》的话。我们同时还收到了许多从没去过教堂的人的来信，他们告诉我们这次活动非常有意义。

人类第一次月球之旅已成为历史。飞行时刻表将在史密斯·索尼亚研究所存档保留。我希望这一文件，与朗读"创世记"一起成为我们国家历史的一部分。看到这历史性的飞行记录，我就会想起我们的飞船飞行在月球背面的冷寂和黑暗。但是有一种光芒指引着我们，我们看见我们生活的世界——地球从黑暗中缓缓升起。那一种激动的心情难以言表。

对于我来说，这样的时间安排实在是非常完美。几分钟后，地球上的人们就倾听到来自太空的福音——"创世记的故事"。真的，有时候我在想，我们崭新的地球或许正是从那片黑暗中孕育来的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第七章　把爱看作一种信仰

我说过，爱是人类的信仰，而且是我们人类唯一的信仰。它具有一种无上的力量，它引导人类走向善与美，它抚慰人类的心灵。爱不是空洞的虚无，它以各种形态渗入我们的生活。对全体人类的爱是仁爱，对家人的爱是亲情之爱，对朋友同事的爱是友爱，对情人的爱是爱情。

在这些爱中，仁爱包含的范围最广，它是“无条件”的爱；爱情最狭，它仅限于两个相恋的人之间。这些爱组成了我们生命中真善美的美好镜面。特别是爱情，如果没有爱情，这面镜子始终会有巨大的缺陷，我们的人生也会因残缺而留下遗憾。每个人走着不同的爱情道路，这一切都是在无穷变化的。但无论如何，这其中也必定有种恒定的力量在维持着、发展着这一切。

很多人的爱正在消逝着，或者曾经失去过爱。我也是这样，曾经失去过爱，幸运的是，我及时将它寻找回来。而那些让人不快的往事都已经过去，现在我正过着一种幸福美好的新生活。

在 1965 年的 11 月，我花了 100 万美元“买”回了自己的婚姻。

放弃钱财是一个梦想的结束。小时候，出生于乡村的我渴望成为一个百万富翁。我父亲出身于佃农之家，曾经困难的生活让他很看重金钱。我父亲在乡村开了家杂货铺，我常常跟随他去送货，父亲总带着欣羡的眼光看着面前的农场说：“瞧瞧，孩子，这个农场的主人就要变成百万富翁了。”或者，当某一位做什么生意的顾客走进商店买点东西。父亲总会压低嗓门说：“啧啧，儿子，这个做生意的人可要发财了啊……”

大概是受父亲的影响，当我还在上阿拉巴马大学时，我就千方百计地想着赚钱。在学校里，我遇到一个很投缘的人——一个叫莫瑞迪斯的学生。我们俩都喜欢金钱，想成为富翁。我们俩畅谈了一宿，决定合伙在校园做生意。

由于还是在校学生，我们就立足学校，为全校学生服务，比如卖装饰品、电话本，乃至于生日蛋糕等小商品。我们就这样通过小生意慢慢积累资本、赚取利润。在整个大学期间，我们的一切费用都由自己赚取，到毕业时，我们赚了 25000 美元。

在读大学的时候，我和妻子琳达就结婚了。毕业后，我到奥坷拉霍莫的伏特司勒地区服了 6 个月的短暂兵役，她一直都跟随着我。在那儿，靠着我微薄的补贴，我们俩相濡以沫，住着两间小房子，开着破旧的老爷车。虽然日子过得很艰难，但我们俩每天都过得很开心。6 个月后，我们回到了蒙特哥迈瑞。

服役归来，我和莫瑞迪斯又合伙开了专门经营出版和发行业务的富勒迪斯公司。还记得开张那天，一回家我就在日记本里奋笔疾书：“30 岁我一定要成为百万富翁。”为了实现这个目标，我就开始拼命地工作。回来开始工作的第一天，我带着强烈的责任感想：我要专心致志地赚钱了，我要成为百万富翁啊。在很长一段时间里，莫瑞和我都是

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

早出晚归，忙碌完一天的工作，在夜色中匆匆回到家。当然我们在事业上辛勤的付出也获得了巨大成功。3 年后，我们成为全美最大的烹调书籍发行商。可我们并不知道我们还要走多远，似乎永无止境，只有一天一天这样子继续埋头苦干。

可是在这无休无止的工作中，我的心里只有工作和成为富翁的目标，我差点抛弃了我生命中最重要的另一半：我的妻子。其实也不是真正的抛弃，但是在现实生活里，的确有抛弃的感觉：我一心扑在工作上，没有关心我的家、我的妻子。

这时候，家庭危机开始稍露端倪，我却毫无知觉。一天，我提前回家吃晚饭。“哦，爸爸！”我的儿子克瑞斯，高兴得像一只小鹿向我奔跑过来，抱着我的腿，稚声稚气地说：“爸爸，你回家来了，真好，可把我想坏了。”

回家？我根本就没去其他地方呀！我心里不禁对小家伙的话感到疑惑。后来我才醒悟到这是我作为丈夫、父亲的失职。在接下来的半个月时间里，我突然收到了我生命中最好的消息和最坏的消息。如此巧合，这使我在慌乱中面临了人生最大的一个十字路口。也许上帝就希望你能在他的这种安排下，对自己的生活原则有明确而迅急的表态。

那是 1964 年的秋天，这是一个收获的季节，当然也意味着辉煌即将谢幕，严冬即将到来。而我就在这个事业的秋天里，经历了婚姻的“严冬”。公司的财务主管满面春风地推门进来，她把一叠表格摊在办公桌上：“恭喜你，富勒先生，今天，你成为百万富翁了！”我盯着这些表格上的数字，我以为我会有满足的喜悦，然而我没有任何的高兴。我的内心又升腾起一个目标，等财务主管刚一转身我就抓起身边的纸再次奋笔疾书：“下一个目标：1000 万。”

半个月后，我生命中最坏的消息来了。琳达也是从这道门推门走进来，用沙哑的声音对我说：“结束了……”我当时正在对员工部署计划，还没来得及回头看她，她的这句话让我愣住了。我看着憔悴伤心的妻子，疑惑地问：“什么结束了，亲爱的？”琳达又重复了一遍。我站起来，走过去，轻轻将她抱住，柔声问出了什么麻烦。琳达眼睛里都是哀怨：“我们的婚姻死了……”

我们开着林肯车慢慢地驶在阿拉巴马的乡村小道上，谈了一个多小时。我试图沟通我们之间出了什么问题。但我们之间已失去了原有的心有灵犀。难道是我太忙于工作，以致忘记了我们交流的方式了。琳达只是结结巴巴地重复“结束了”，而我则紧张地追问：出什么事了？出什么事了？……

最后琳达说她打算去纽约。以前，我带着琳达曾一起到纽约做过生意，当时参加了百老汇大街的基督教联合会，听了罗瑞司·达金博士的布道。“我想去找达金博士谈一次，”琳达说，“我得好好想想我们俩的未来了。如果我想对你说什么，我会给你电话的。”

第二天，她去了纽约。虽然我很少在家，很少陪着妻子，但她走后，我的心连同这房子都变得空荡荡的，我的生活节奏突然都停顿了下来，空气中有一种逼人的哀伤。我不得不开始花时间照顾孩子，甚至做家务。孩子们全都失去了往日的调皮，变得羞羞答答，似乎我只是一个名叫“父亲”的陌生人，这让我后悔懊恼。我承认我太专注于工作了，我可以一星期都在办公室给各部门的负责人开会部署工作。但在家里，我时刻都难以安静下来，我的夜晚开始变得煎熬，我开始有了时间来思考，到底我和琳达的婚姻出

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

了什么问题。我也在估量，我们两人的婚姻问题仅仅是裂缝的开始，还是已经走到了无法挽救的绝境。

不论怎样，这一切的导火索是我，因为无论在家里，还是拜访朋友，甚至在教堂里，我总是心不在焉，一直想着销售业绩，盘算着如何发展，甚至还在斟酌着一封措辞委婉的信。为了明天的目标，我浪费了今天。人总在追逐着前方的目标而忽视了沿路的风景，等反应过来时，好景已不在。这个夜里，我翻来覆去睡不着，我反反复复问自己：如果我全盘放弃会如何？如果我放弃现在忙碌的工作和无休止的目标，我和琳达重新从一个小房间开始，重新再开上那辆破旧的老爷车，甚至再重新认识一次。现在的一切是否就可以挽回？这个想法逼得我彻夜难眠。

终于，琳达给我打电话了，那声音从遥远的纽约传来，怦然落进我心里。“你能在周二来纽约吗?”我如期到达，我和琳达相见了，但是我们俩恍如隔世，像第一次见面的学生，心里还堆积着许多无法言说的问题，态度却显得胆怯，我们竟然无言以对。最后我们决定去看一部电影，也许是来自冥冥的感召，琳达不经意间竟选了一部《一切不为晚》。还站在门厅的时候，她哭起来。

“我们还是出去吧。”漫步在五彩缤纷的第五大街，我的内心却如此黯淡。11 月的寒风袭来，我们不得不高高竖起领子。琳达还在低声地哭泣。我们只好站在一道门檐下，两个人开始回顾多年的家庭生活，开始坦诚地面对我们的是非。一个小时就这样过去了，夜越来越寒冷，我们的谈话似乎却在逐渐回暖，但怕琳达着凉。我叫了一辆的士起程回旅馆。

在出租车温暖的小空间里，望着窗外大街上斑斓的霓虹幻化成的光影，从我身边一晃而过，有一种异样的感觉在我的内心缓缓升起，仿佛上帝的声音传进我的心里：“麦拉德，为什么不听天由命?”从这一刻开始，我似乎感觉到，我生活的小船开始在挣扎逃出旋涡。

进了房间，我对琳达说：“让我们重新开始吧，我们可以再次选择。我们抛弃了上帝那么久，所以都找不到家了。如果我全盘放弃我现在的工作和野心家的目标，我们还可以从头开始。请你相信我。”琳达没有想到我说出这样的话，我愿意为了婚姻放弃自己的野心。

我抓起电话，拨通了达金博士的电话。这时已是午夜了，午夜下的纽约街头还是那么五彩缤纷。“打搅了，达金博士，刚刚我对琳达和上帝起誓：我，我决定卖掉公司，放弃所有财产。是的，所有，所有财产。”

“麦拉德!”琳达眼里满是泪水，一脸的惊喜，我安静地告诉她：“现在，我们回到了上帝身边。一切听天由命。”“哦！麦拉德，”琳达使劲点点头，“那也正是我一直想做的。”

那一个晚上，窗外是繁华灿烂的纽约大街，房间里是重回温暖的两个人的心，那一刻，我的人生开始转弯。后来，我把公司的股份卖给了莫瑞，还卖了很多私人财产——两部车、房子、湖上的小船、快艇、所有的马和美丽的小田园，我们曾打算花 15 万美元在上面建一栋房子。最后我把所有的钱捐给了各种各样的慈善事业。

一晃 4 年过去了，在这段日子里，我们得到了从未有过的快乐。我们又有了一个孩

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

子，琳达在我们的小公寓里忙来忙去，我也找到了新的工作，我的新工作也是琳达的老工作：我与她一起共同忙于照料孩子。同时我也在做一些我最喜欢的事：赚钱，但却不是为了我自己，也不再把全部时间和心思都扑在赚钱上面了。

我现在依旧很忙，却有了更多的闲心。我的闲心使我能够与琳达重新心有灵犀。当然，这份闲心使我们重温浪漫的新婚，而上帝就是我们的主婚人。许多朋友对此感到不解："你有必要放弃所有的财产吗？而且你既然做出这样的选择，为什么不建议别人也这样做呢?"确确实实我没有。我始终认为每个人都有自己的爱情、婚姻和工作方式，我没有必要去要求一个热衷于权财的人放弃他苦心经营的一切。但我以亲身经历告诉你：我放弃百万家产的那天，就是我成为富有者的开始。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第八章　正义是一种坚韧的信念

1960 年 11 月 14 日，也许很多新奥尔良人都不在意这一天。但我们家深深记得这一天：联邦法院允许黑人进入公立学校读书。

虽然公交车、公园以及路易斯安那大学已经取消了种族隔离制度，而且都是在相对平静的气氛下顺利进行。然而在我生活的小镇，这一切却进行得很不顺利，可以说是形势不妙。很多家长发起了签名抗议活动，坚决不让自己的孩子上取消隔离制度的学校。早在 11 月份前，我的妻子黛西就碰到了麻烦，而这仅仅是一个开始。那是一个阳光明媚的下午，由于黛西负责销售化妆品和珠宝，那天她正给邻居看新的商品目录，这种签名请愿书就传到了她手上。“不，”戴茜说，“我不签，我想这是不对的。”这位妇人“哗”地把书合起来，冷冷地说：“我想，你最好还是走吧！”由于黛西的坚持，邻居之间的情谊、一笔买卖就这样泡了汤。

11 月 14 日，星期一早晨，黛西和小罗拉站在门边送 6 个孩子上学，其中我们的第四个孩子雅兰达，要穿过 3 个街区去威廉姆·弗朗斯学校上学。当妻子看着她蹦蹦跳跳地消失在街那头时，她并不知道 6 岁的茹比·布瑞吉——一个黑人孩子，也向这所学校走去。我出去上班时就听到了这个消息，我想这可能会引起很多麻烦。果不其然，许多家长们听到这个消息后，立即蜂拥到学校把孩子领回家。而黛西并没有跟着去接回孩子。这天晚上，在厨房里我和她谈到了这个问题，我有些犹豫，面对这么多非议，是否让孩子继续去学校上课。黛西很坚决地说：“如果你不把你的信念付诸实践，那么坚守信念又有什么用呢？”我明白，这些年黛西在教会已经成为一个信念坚定的人。我轻轻拍下她的肩膀，点点头，表示我的支持。

第二天，黛西没有像往常一样站在门口送雅兰达上学。那天，她陪着雅兰达去上学。在学校对面的街道上站着一排母亲。“雅兰达，”戴西轻轻地说，“如果这些人对你说什么，你别理睬，只要紧紧抓住我的手，一直往前走。”这些人看着黛西走过来，便开始叫嚣起来：“黛西！你要去哪儿呀？”甚至有几个人穿过街道向她们逼近，其中一个发出猫似的尖叫：“瞧瞧，这白黑鬼！”

黛西和雅兰达走进校园，把这些女人甩在了后面。她们走进一位老师——凯小姐的办公室，而外面的叫声一浪高过一浪地回荡在校园里。“呵！”凯小姐惊喜地叫道，“嗨，雅兰达，很高兴你能来，过来，坐在这儿，别靠近窗子……”

当黛西走出学校的时候，那群人还在那儿咆哮叫嚣。一路上，她们用恶毒的语言威胁攻击黛西。她一回到家，便瘫坐在椅子上。她感觉到坚持自己的信念多么困难，自己以勇敢的心做完这些后，第一次感到深深的恐惧，那些人恶毒的语言在她脑子里久久不曾散去。但黛西还是坚持了 3 个星期。她之所以能坚持这么久，很简单，她从未想过回头。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这就是我的妻子。只要她坚信自己是正确的，她就会觉得上帝在指引着她。只要她以勇敢的心继续走下去，她就会等到曙光的降临。

我过去一直以为这种雄心壮志只属于大学里那些热血沸腾的学生们。而不是我的妻子——一个平常的家庭妇女。但，她就带着这么一股子劲走出家门，穿过 3 个街道，到达弗朗斯小学校。有一天晚上我问她：“你怎么能忍受这一切?”她虔诚地回答我：“吉姆，因为我努力不回头看她们的脸。如果我把这些自私卑鄙的一切看在眼里，我可能会停下来放弃。但我不回头看，我心里一直默默祈祷：她们只是一时的自私和愤怒，她们当中的许多人本质上还是善良的。往前看，我就看不到人们的恶，只记住世间的善。”

这是多么坚韧的信念。它引导着黛西走过 3 个街区的街道，街道上不时有人朝她扔臭鸡蛋，甚至微笑着面对那些冲上来打她的女人。当然，她也忍受着攻击我们家房子的石子儿。这种信念有着多么巨大的力量啊！

黛西不是孤独的战斗者，令人高兴的是，有一天，一个邻居说她愿意加入黛西。于是，不管街上有多少愤怒的眼神，她们泰然自若地带着两个孩子走向学校。她们一路上并没有遇到什么麻烦，虽然总有一群人在她们的身后跟随着。但是下午放学回家的时候，事情发生了变化。我们的女邻居转头看了一眼跟随的人群。她一下子被惊吓着了，她看到 40 个凶神恶煞的妇女——她们捏紧拳头、恶狠狠地挥舞着。就这样，这位女邻居退却了。

又一个星期过去了，压力一天比一天大。黛西也开始怕了，倒不是担心自己，而是担心家庭，特别是年幼的孩子们。因为越来越多的石子朝我们家扔来，我们不得不在窗子外挂上厚厚的毯子，整天生活在一种孤立无助的阴影之中。黛西和我也受到了威胁，我们还失去了朋友。孩子们也受到了伤害，他们在街区里没有了朋友。“没有一个朋友，爸爸，没有一个朋友跟我讲话。”孩子心情阴郁地对我诉说。我深深明白：我们家成了这个小镇被孤立的岛屿。

当然，我也受到了同样的压力。在工作单位，我已经被降级了。有一天早上去工作时，我被上级叫到办公室：“刚刚来了两个电话，盖布瑞利，你的小女儿遭到枪击。”听到这个消息，我眼前发黑。但紧随着，我立即出门，跳上一辆的士，飞驶赶回家。发现雅兰达正在屋里玩。见鬼啊，他们竟然给了我一个恶作剧。我感到自己都快崩溃了，我不知我还能坚持多久，一切似乎都在朝不利于我们的方向发展。在为我所不能控制的方向发展着。

到了第三个星期的星期三，黛西和雅兰达离开学校，一群人又叫嚣着跟随她们。黛西的心紧缩起来，她提醒雅兰达一直看着前方，别回头。这一群人不停地叫嚣，黛西仍然坚守着自己的信念，勇敢地往前走。但是小雅兰达忘了妈妈的话，她回头了。黛西感到握在手里的那只小手顿时紧张起来。“不要怕，宝贝。”她不停地安慰着。但雅兰达还是看到了这些因愤怒而扭曲了的脸。一回到家，她便哭了，她再也不能从脑子里抹去这些恐怖狰狞的脸。她紧紧抱着妈妈不愿松开，一晚上都不肯睡觉。

成年人可以挺身面对种种风雨，却不能庇护不经事的孩子，让孩子们也陪着淋雨。在一个午夜，我们悄悄而伤感地搬离了黛西居住了 35 年的小镇。简单地收拾了必要的生活家当，把家具都留在了原来的公寓里。我们搬到了诺霍达岛上的森特达里小镇，一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

切又得从头开始，从锅碗瓢盆到朋友都是新的。对于戴西所坚守的一切值吗?

令人鼓舞的是，我们听说新奥尔良学校委员会选出来一批人专门对抗这股恶势力。不久，小镇便有信写来，代表大众的呼声感谢黛西所做的一切。但尤为重要的是，我们的一个单身邻居的行为。他以前与我们同住一栋楼，但我们甚少交往。我们走后，他牵着儿子的手走过黛西走过的门，穿过黛西穿过的人群，听着黛西听过的辱骂，义无反顾地走下去了，义无反顾……他让我们感到上帝的力量，只要是伟大的正义所在，我们永远不会孤军奋战。我们就像春天的野草，虽然被现实压住了，但我们仍然在不停地生长，在这里，一直连绵到远方……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第九章 从助人中获得无上喜悦

我刚上床还不到一个小时，一个怒气冲冲的老头就把我的门敲得震天响。他大喊着，我的药快害死他的妻子了。我睡眼蒙眬地慢慢爬起来，试图从混沌中醒过来。昨晚我一直忙着给一个小男孩做眼部手术，这孩子被老虎抓伤了。我现在又得开始一天的工作了。我跟着这脚步踉跄的老头到了急诊室，他妻子蹲伏在那儿。我还记得，半个月前，我在这个女人的脖子上取下一个大瘤子。这种外科手术最重要的是不能受感染，我已经做了最好的消毒措施：消过毒的仪器，消过毒的手，麻醉剂，无菌白罩衣。但现在，在苍白的灯下，我却看到绷带周围有一圈青紫的线条，很明显已经受到感染了。

我急忙打开病人的衣服，天哪，这是什么东西？这个女人的脖子下面有一团黏黏糊糊的腐肉。我用拇指和食指捏起一点点，才发现这竟然是腐烂了的蝙蝠翅膀。我很生气，但又不明白为什么要放上蝙蝠翅膀，便厉声问道："这是怎么回事？"他头一扬骄傲地说道："放在那儿可以减轻她的痛苦。这是再好不过的了！瞧，这脖子多有血色。"我知道现在最重要的不是大骂这个老头，而是要赶紧救治这个女人。

幸亏有盘林西尼和血浆，以及这个老头的辛勤地服侍，这个女人从死亡线上挣扎着活过来了。不过，这只是我今天工作的开始，她也仅是今天我诊治的 100 名患者中的第 1 位。当我正重新给这个女人包扎伤口时，一位母亲带着一个 5 岁大的孩子来看病，这孩子不能端正地坐着，还看不见东西。"那他平常都吃什么？"我问。他的母亲竟然告诉我，全都是米饭和水！难道这个孩子不能吃其他东西吗？一个男人给我看了他手上一个轻微的抓伤，但伤口已经感染很严重了，我不得不很遗憾地告诉他，恐怕他要失去这只手了。一个神情忧郁的女人急切地问我能不能让她生育健康的孩子。她曾经有 11 个小孩，但是全部夭亡了。她希望我有神奇的药可以让她的下一个孩子存活。

为什么我的大半生时间都与这些伤痛的人住在一起呢？我想最好的回答是：助人为乐的崇高理想支撑着我的生活——这可能是最好的回答——但不是真心真意。如果我可以选择一种生活，我想我应该有很多钱，养着自己的马，可以去国外留学，或者是做一个钢琴演奏家，享受着快乐悠闲的生活。但是我也深深明白，一切表面的安逸不能让我的内心获得真正的快乐。我想这也许是因为我深受父亲的信念的影响。你可能已经感觉到了，我来自一个虔诚的基督世家。我们无时无刻不在祈祷，早上起来，坐下吃饭，吃完起身，上床睡觉，以及时不时的小聚会里。我最喜欢的祈祷是《基督登山训示录》。当时我非常喜欢其中一句话："受到护佑"就是"幸福"。它触及了我的心灵深处，我一直在想这就是幸福的原则。但我现在非常喜欢的是其中的第二句话：护佑那些悲伤的人。父亲曾多次向我解释，在《圣经》里，"悲伤"不是指伤心或者不高兴，他说"悲伤"指："尘世间，体味苦难多于感知欢乐。"这对于学医的我来说，更具有特殊的深意。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

然而我不认同这个说法。人为什么一定要将痛苦和欢乐截然分开呢？即使在最痛苦的时候，我们也会拥有快乐。如果我们看见了悲惨的人，不应该被悲伤打动而感到悲伤，而应该将我们的欢乐与他们分享。在我还在医学院上学的时候，经常在实习医院里碰到一些孤独的老人。于是，我就买了一辆敞篷汽车——长长的很阔气的那种，每到周末，我便载着这些老人们去兜风。当我们从车里钻出来时，他们都像是回到了年轻的岁月，又感到新鲜而欣喜无比。如果你有快乐，你就与人分享——这就是我对幸福的定义。

1954 年 7 月，一个热得要命的早晨，这一天彻底改变了我的人生轨迹，我没有留在大城市的医院里做一名医生。毕业后，我立即以医生兼海军上尉的身份进入了另一个新鲜而陌生的世界——我们的军舰被派到西太平洋巡航。在海上那漫长的日子里，我一直在想我们的船应该去哪儿呢，去麦索瑞吧，那倒是一个养马的好地方。不过很快现实告诉我，这不是豪华的游轮，舰长宣布：我们的船要驶往越南北部的海湾，将难民运到塞肯。当时我还在想，越南是不是也适于养马呢。

当我们到达越南北部的海湾时，一艘小船从海岸靠近我们，这是一只仅能容纳 100 人的小登陆船。但等它靠近时，我才看见船里面竟坐了大概 1000 多人。天哪，而且这里面绝大多数都是小孩！这时候是炎热的酷夏，在 44 摄氏度的高温下，绝大部分的孩子都虚弱不堪。这些孩子有出水痘的，有患结核病的，有癌症晚期的，甚至还有一些我根本叫不出名字来的病。这就是我对亚洲的第一印象。现在他们就在我旁边，我想我也快晕过去了。当他们挣扎着爬上船，那种长期没有清理身体的恶臭冲天而来。我想转身跑开，想大吐一场，想假装看不见这一切。但我是船上唯一的医生，我收拾起我那可怜的工具：药瓶、针、棉布签。我咬了咬牙，面对这么多苦难的人们，我必须去救助他们。在这茫茫的大海上，面对这么多病人，我的内心有些绝望。

但很快，一种奇怪的热情从我心底油然而生。凭借着我有限的医学知识和治疗技术，我逐渐找到作为一名医生的责任感：只消用小小的石膏便可消除这条断臂的痛苦！一点点维生素就可让这人站起来！只需一把柳叶刀便可让这只发肿的手得到解救。我想，对于这些从未见过医生的人们来说，即便是一个笨手笨脚的新手也能带来奇迹。几小时以后，我稍微暂停了下，伸伸发酸的手臂，突然有了一生中最大的发现：我是那么的快活，我第一次体味到这种无穷无尽、发自内心的愉悦。

等救治完这艘船上的难民后，我们又折回海湾去救助另一艘难民船。现在，我已经能够治疗哮喘、百日咳和麻风病，而不是简单地把这些高传染性疾病运到塞肯。后来，我在海岸上搭了一个临时医院，在难民上船前往塞肯之前先简单救治一下。我自告奋勇去岸上工作了一个月，不知不觉中，我已经与 61 万被世界遗忘的难民一起生活了 9 个月。我曾经是迷恋敞篷汽车、喜爱新潮服装的小伙子，而我现在竟然整天穿着汗津津的卡其布大褂，留着半个月都没剪的满脸胡须，在难民中间忙得团团转。我仍然带着愉悦，带着光荣的使命感，清洗已化脓多年的伤口，甚至给病人清洗身体——他们当中有些人竟从未洗过澡。

这次救援结束后，我回到了家。结束了我在军队的服役期，有了足够的钱后，我又回到了东南亚。我在老挝建了一所简陋的医院，与那些疾病缠身的悲惨的人生活在一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

起，甚至教一个老挝老太太如何用肥皂洗手。

最近我收到了一位教过我的老教授的信，他知道我现在的生活，他问："你经历了什么事情，为什么你会有这样的变化?"我回答："我并没有改变，我始终如一，依旧是你的那个骄傲自负的学生。以前我只想到个人的幸福，但是现在我想到了更多人的幸福，我和他们一起分享快乐和幸福。我见到了他们的苦难和悲惨，我要尽我所能，去帮助他们，让他们感到幸福。"

耶稣登山训示我们，有一天你会明白：理想可以实现，它不是不可触摸的梦幻世界。他启示人们：只要努力去做，去解决你碰到的事、遇到的困难。请你不要悲伤，你要努力去做，去帮助他人。即便是卑微的努力也能感化他人，如同一滴水也能滋润一粒土。你将因此而快乐无比。滴水也显真情，也有真知，也能真乐。我便是这滴水之情，滴水之知，滴水之乐的人。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十章　信仰没有种族之分

1945 年 8 月 29 日，美国人民永远不会忘记的日子，我们的海军登上了日本领土。我也忘不了这个日子，这天，多及尔棒球协会主席布朗克·瑞奇先生邀请我参加他们的棒球队。如果幸运加人，我将是第一个参加棒球比赛的黑人。

我记得那天非常热，我来到瑞奇先生的办公室。阳光和蒙特圭大街的喧闹声透过百叶窗投射了进来。他偌大的办公室只简单地摆了几件家具。墙上挂着 4 幅镶金边的画：一幅是列欧·度偌奇尔（多及尔的行政长官）歌德式镶金边相片；第二幅是卡利·巴日特的肖像，他是此行业最有名气的球探；第三张是陈纳德将军（我们的空军英雄）；第四幅是亚布拉罕·林肯的肖像，他正慈祥地对着我展开满是阳光的笑颜，这位具有悲剧色彩而又令人起敬的总统先生一生都在追寻的就是：博爱。

高大、强壮、浓眉大眼的布朗克·瑞奇先生正坐在办公桌后面，他既像是一位和蔼的父亲，又像是一位有魄力的老板，他浑身都透着敢于打破棒球队里肤色界线的锐气。当然，我对这个机会欣喜若狂。这是一个极富挑战力的机会。但我能行吗？

“瑞奇先生，”我心有忧虑地说，“我想您已经知道，种族歧视已在棒球主力队里存在了 70 年。虽然在战场上，黑人和白人们已经在并肩战斗了。可是在赛场上，如果我参加了比赛，这可能给我、您的球队带来很多麻烦，前途总是有不测风云。”

“不测风云？”瑞奇先生重复了一下这个词，仿佛他很喜欢这个字眼，然后继续说道：“杰克，你知道吗？我还是小男孩时，第一次坐火车。我的身边坐着一对年老的夫妇，他们也是第一次坐火车。火车正横穿洛基山脉，老头坐在窗子边往前眺望，突然，他回头对妻子惊呼：‘上帝，我们有危险了，我们正往悬崖上冲去，我们就要冲下悬崖去了！！’听着老头惊恐的尖叫和火车轮子的声音，我幼小的心也紧张了起来，心脏每一次跳动似乎都在重复‘危险，危险，危险……’火车轮似乎也在轰隆隆地咆哮着：‘危险，危险，危险……’我甚至害怕得闭上了眼睛。可是就在这时，我听到身边的老夫妇发出一声惊叹。我睁开眼睛一看，原来我们的火车，就在这时拐了一个弯，钻进了隧道，我们到了山的另一头。其实，我们在生活中所面临的‘不测风云’也不过如此。杰克，我们信仰上帝，就用他赐予我们的勇气迎战‘不测风云’。当然，你也得学会审时度势，这样你才会变得聪明而强大。”

这个小故事深深地烙在了我的心灵深处。在它的指引下，我渡过了一个又一个难关。我带着强烈的责任感和感激的心情签了合同，加盟多及尔队。我在心里暗暗发誓：我一定要不负众望，成为一名优秀的棒球手。“上帝与我们同在，杰克！”瑞奇先生平静地说，“你知道《圣经》里怎么说吗？用美好圣洁的基督精神面对现实，明辨是非。虽然，我们不能出去大声向这个世界宣战，因为那样无异于以卵击石。但我们可以齐心协力，用我们的智慧与共同的信念迎战不测风云。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

为了让我适应环境，第一年，瑞奇先生让我在多及尔乡村队参加比赛。正如我们所预料的，我成了“不测风云”的导火索。官方宣布取消常规赛之前的所有热身赛。虽然他们没有说这是因为多及尔混入了一名黑人选手，但他们的用意非常明显。一些队友开始怨恨我，我理解他们。毕竟当时很多美国白人的内心都有种族歧视的心理，要让他们突然认可我，这是不可能的。我能做的就是：尽量塞住“兔子耳朵”，对一切怨声充耳不闻。

其实，所有运动员都有一个毛病，很在意球迷的嘘声，何况我，一个年纪轻轻的人？我第一次上场，那是代表蒙特利尔市去参加在约瑟城举行的公开赛。我至今仍清楚地记得那场精彩的比赛。当时，我面临的压力很大，紧张得不得了。但在比赛中，我接连击中 4 个球。我做梦也没有想到，我会赢得这样漂亮的开门红。当然，没有球迷因为我是黑人而发出嘘声。

随着联赛的进行，我接连参加了一场又一场滚动式的比赛。但球技却像夏天的天气，时好时坏。可我一直锲而不舍，我很清楚我必须坦然处理每个变化。就像瑞奇先生说的，学会审时度势。特别是在火暴的比赛中，我必须按捺住争强好胜的暴烈脾气。我在赛场上经常看见这样的情况：一个情绪低落的击球手也许会闯入内野，用脚把球踢向一垒，以示他已击中这个投球。然后，裁判罚他出场，这个气急败坏的家伙就会脱掉帽子，狠狠地摔在地上，对着裁判咆哮，发泄他压抑了好久的怨气。球迷们对这个队员的好恶，还得看他是主力队员呢，还是候补队员，可能球迷会发出嘘声，甚至扔来矿泉水瓶。裁判转过身去示意继续比赛。球迷出完气后，一屁股坐下来，也许就心平气和了，也许还会骂骂咧咧。这就是比赛中的一个小小的插曲。

我可不能用这种方式发脾气。我的队友们就叫我“火山头”，他们说黑人都有暴躁的脾气，就像随时都可能爆发的火山，所以黑人就不该参加棒球比赛。而我明白，我必须克制自己，我必须用自己的行动告诉他们，我不是“火山头”。不过，随着赛事的深入，队友们开始和我友好融洽地相处了，我的球技也进步了。当整个比赛都结束时，我们蒙特利尔代表队在初级联赛中获得了冠军。我也以每场 349 分的高分成为联赛的最佳击球手。

1947 年的 4 月 10 日，瑞奇先生给我带来了一个更为振奋的好消息：我正式加入了多及尔的主力队，成为主力联赛的第一个黑人球员。

在主力队，我被安排到了一个重要的位置——首垒，然而我在乡村队时一直都是打二垒。无疑，在这奖金更丰厚、比赛更激烈的联赛里，我面临着更大的困难。如果我发挥不好，那不是更让未来充满不测风云吗？我必须通过我的努力和成绩，让那些心怀歧视的人明白：我们的能力，我们的信仰，和白人一样！

我不断祈祷，虽然这是我第一次为这事向上帝祈祷。我必须证明自己。但是在比赛中，作为第一垒手，在接球掷回时，我这名生手还是暴露了不少缺陷。幸好，球迷和队友们都全力待我，我也努力地训练，并在赛场上一步步地完善自己的球技。有一次比赛，我碰到了对方球员的挑衅。他投了一个底球到内野，当他跑过一垒时，他的棒头狠狠打在了我的脚上，痛得我倒吸一口冷气。有意还是无意？鬼知道。这个好强的球员还回过头来，向我比划着拳头。顿时，我感觉一股热血从心头涌到眼前，我紧紧捏紧自己

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的拳头，告诉自己：冷静下来，我要克制。这时队友们也冲上前来，与我同仇敌忾，看着他们怒气冲冲的样子，我的心中涌动着一股暖流，我释然了。

这一年，多及尔赢得了锦旗。大家都认为这次联赛的胜利有我的重要功劳，这让我感到高兴。但我更珍视另一个胜利：棒球运动开始接受黑人。从现在起，有色人种球员只要达到水平就能成为正式球员。就像瑞奇先生说的，比赛是美国人的比赛，包括黑人和白人。现在我们赢得了比赛，那么我就敢向人们说："信仰万岁！黑人万岁！"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十一章 和睦中的干面包胜过争吵中的佳肴

当凯瑞奔跑着跳上校车，前门“砰”的一声关上。“3个孩子走了，”我心里念叨着，“还有4个。”我在卧室里给多蝶编辫子，正准备系上橡皮筋时，浴室里传出一声尖叫，我飞速冲进去，多贝撞在洗漱台上，伤了嘴唇。我正用棉花团敷抹伤口时，辛迪穿着睡衣出现在门口，“妈妈，不要再让达斯迪穿我的袜子了！”他叫道。

“达莉！”我的丈夫偌杰从卧室里探出头来：“要知道录音时间是10点！”我急忙冲到厨房里开始煎鸡蛋。我只能安慰自己：“等孩子们离开后，我就有时间做其他家务了。”当然家里还有这些孩子们堆积如山的脏衣服，而洗衣机已坏了两天了。

我煎好鸡蛋正往盘子里盛放时，电话铃响了。“偌杰太太吗？”一个女士满怀歉意地说：“今天，你和偌杰先生能否在9点而不是10点赶到录音棚……”难道就今天这么忙来忙去吗？哦，不是的，这是我家再平常不过的一天了。

如果你也有几个调皮的孩子和一个忙碌于工作的丈夫，你每天早上也会面临着纷繁琐碎的情况。当然不止是早上，还有晚上的一大堆麻烦事。当然，遇上周末更是让人感到问题来了：整天孩子们的哭声、笑声、叫声、蹦蹦跳跳的声音此起彼伏，可能他们还会弄出点什么麻烦事。除了自己的工作，还要围绕着这群孩子。日子就这样一天又一天地过下去。我们中许多人都自信能临危不乱，但作为母亲，我们共同面对的问题却是：我怎么应付每个如此平常而又不平常的日子？

人们常常问我，我是如何做到既能养家，又能在好莱坞里突飞猛进。实际上，我的日子比其他母亲还是轻松些。每当我忙碌地工作时，我便让沃多娜帮我做饭，照看孩子，再找一个人帮我洗洗衣物。这并不妨碍我成为一个好妈妈，我总是告诉他们：对于我来说，我的第一职业是养7个小孩，其次才是好莱坞。其实我想告诉他们，我仍然在努力做一个好妈妈。

我记忆最深刻的是一个平常的周末。沃多娜去度周末了，天还没亮，孩子们就开始叽里呱啦地闹起来。看着这些闹成一团的孩子们，我的精神都快崩溃了。不，我必须冷静下来，请求上帝给我多一些耐心。但是在这个纷乱的家里我无法安静。我一直认为，与上帝交流，得有一个安静的环境，否则，上帝是听不到你说话的。可这屋里，我环顾四周，可能吗？

所以我跑到屋后乱石堆里，躲入停在那儿的一架塑胶飞机模型里，想象自己翱翔于空中。可是我在那里面，根本没有办法专心祈祷，我的心里挤满了孩子们的问题：为什么琳达还没吃完饭？多蝶正着迷于什么东西？我能把孩子们放在那儿不管吗？

“这没用的，”我对着天大喊。“祈祷没用，上帝怎么会帮一个妈妈管孩子呢？”我想，我只有走回那一片狼藉的家。当然，我仍然觉得上帝是最好的指引。我试着读《圣经》，但还是没用。我觉得，读《圣经》应该是严肃庄重的事。所以我专门安排每天早

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

上起床的第一件事：花半小时读《圣经》。

如果你家像我家一样，每天早上都是最繁忙的，怎么可能安排一个“第一件事”。也许你早上睁开眼睛，你就明白你的第一件事不是自己能够决定的。也许安妮感冒了，也许调皮的杰克把家庭作业给弄丢了……这样，你就开始迷迷糊糊中卷入一天繁忙的旋涡里。等到送走了孩子们，终于可以喘口气的时候，你才突然想起你曾说过你起床后的第一件事是读《圣经》。哎！早就忘到九霄云外去了。

最后，眼不见、心不烦，我决定逃出这个混乱的家，好好安静几天。于是，我跟着4个女教友，到附近山顶上的修道院静养了3天。我们规定，谁都不准说一句话，必须安静地在这里静养。在那高高居上的至静里，看着修道院里那些圣洁的女子，她们过着安静有序的生活。我静下心来思考山下那个喧闹的家。真是有些不好意思，我发现了家的含义。是的，我终于明白我的家不是一个修道院！我也不是修道的女子，我无法像这些圣洁的女子最至美最无私地为上帝奉献，这不是我的生活。我是一个妻子，更是一个母亲，我的生活就是我的信仰。我的信仰和我生活的意义，正是通过这些纷乱的家务事体现出来的。我想这就是我在山上的修道院感悟到的真谛。

我仍旧想着读《圣经》是一天的头等大事。最后，我发现了一个好方法：我将《圣经》的一些章节抄写在卡片上，然后将这些卡片放在一个像面包的小盒子里，我叫它“生命的面包”。现在我就不用专门安排一个“第一件事”来读《圣经》了。比如在厨房里等着煮早餐的水开时，在卧室里等孩子们上床之后，我就可以取出一张卡片，用心读它。我就这样读《圣经》，直到晚上上床睡觉。这样周而复始，很少有间断。

接着我发现了一个好地方做祷告，根本就不用找什么绝对安静的地方。那就是家的牧场。我家的牧场远离尘世的喧嚣，我可以驱车到那儿祈祷。以前，我一开车出门就会感到烦躁不安。不过，现在我更有耐心了，我尽量开得慢一点。这样我就有时间去想每个孩子。他们是不是在向上帝祈祷，祈祷给我耐心，教我理解他们。

我不仅自己读《圣经》，我也试着给孩子们讲授《圣经》。我们在起居室里放置了一个小小的祭坛。其实这只是一个放老式收音机的盒子，上面铺上一块方巾，然后放一根蜡烛。我们原来打算每天晚上聚在一起祈祷、上课。但到了晚上，孩子们总有自己的事情，可能凯瑞要去参加朋友的生日聚会，多蝶要去唱诗班的练唱。就这样，我们的《圣经》课程也就一而再、再而三地耽搁掉了。

后来我发现，其实不必刻意安排《圣经》的课程，对于这些孩子，应该在生活中教给他们《圣经》的教义。例如今天，我没有给孩子们上宗教课，而是讲了耶稣基督小时候的生活琐事。多蝶一直怕黑，晚上，当我哄她上床时，她又开始哭起来。“妈妈，不要关灯，好吗?”她可怜巴巴地乞求。“如果妈妈跟你在一起，你还会害怕吗?”我问。多蝶仰着小脑袋说：“当然不会了。”我不得不对她说：“可是，妈妈不能老跟你在一块儿啊。不过，多蝶，你知道吗？上帝会一直陪在你身边。”多蝶便安静下来了，我悄悄地出去了，没有关灯，亮亮的。几分钟后，我听见灯喀嚓一声关了。接着，我听见多蝶稚嫩的声音，她在黑暗中说：“晚安，耶稣。”噢，这真是奇迹中的奇迹，上帝让多蝶不怕天黑了。

还有一次，我和多蝶在牧场的一个僻静角落里走，突然，两只凶恶的狗蹿上来，小

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

孩子吓得尖叫。多蝶是我们收养的朝鲜孩子。战争期间，在朝鲜，狗被训练去杀人。她一直很怕狗，她甚至连家里那头温顺的老狗“子弹头”也不敢接近，更何况这两只凶狗了。

这时，我想起我曾给孩子们读的那一篇文章：《爱能驱散恐惧》。我向狗伸出双手，尽量以爱怜的口吻说：“可爱的小狗，小乖乖！”狗终于温顺了些，它们慢慢停下来，站在不远的地方看着我们。我不断说：这是多么多么好的小狗。最后，它们温顺地靠近我们，用那黏糊糊的舌头舔我汗津津的手，甚至扑上来舔我的脸！多蝶也试着用手去抚摸两个可爱的家伙。这是多么生动的关于爱的课程啊。我没有通过什么仪式，或者正经地讲授《圣经》，就在这么一个普通的地方，这样一个紧急关头迎来了上帝。我就得到了上帝的帮助，他帮我解决了一切。

过去，孩子们总会在家里热闹的饭桌上发生争吵。从早上到下午的争吵，他们也会在晚餐的饭桌上继续争吵。然后我和偌杰不得不出来调停，处理这些孩子们一桩又一桩的“申诉”。后来，我有了一个主意。吃饭期间，我大声地朗读《圣经》，这样大家都安静下来了。当然这些孩子不能读深奥的章节，毕竟最小的孩子才 5 岁。刚好，这时我发现一本《悲伤的圣经故事》，非常适合多蝶和多比，其他十来岁的孩子们就更容易理解了。阅读一个章节需要花十几分钟。孩子们就忘了争吵。只是，我自己的土豆已经凉了。也许可以引用《圣经》里的一句话来表达这一切，那就是：和和睦睦中的一小块干面包，胜过争吵中的满桌佳肴！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十二章　重获精神食粮就是新生

10 年前的春天，某个清晨。我吹着口哨、看似轻松地行走在纽约公园大街上。我要去我的医生那里检查我的身体，这是我的例行看诊。两年前我因为癌症做过手术，此后，我每个月都要来诊所。是的，像以前一样，我向医生的接待员点头，然后走进医生的办公室，接受相同的程序：医生熟练的手指在我的脖子周围捏来捏去，再拍拍我的背，“一个月后见。”

但是这次，却有些不同。医生的手指捏了好长时间。当我准备离开时，医生告诉我，两天后到麦莫瑞医院做外科检查。什么？做检查，这让我的心顿时沉重了起来。我沿着那同样的街道走，看着同样的落日，但是心里却是彻骨之寒的恐惧。所有的癌症患者都有这种恐惧。人类站在它的面前不停地战栗，甚至面对它没有解救的办法，只能在恐惧中等待。当然，现在我不再害怕了。我明白，归根结底都是对死亡的恐惧罢了。

这一次，我没有直接回家，而是去了教堂。那是在第五大街上的圣索马斯大教堂。我拣了一个偏僻的角落，一个人孤孤单单地坐着。不一会儿，一个年轻的执事走上讲台做了一个午间祈祷。他布道的题目是：信仰上帝的人获得永生。当时我还不知道这是怎么一回事，但这简短的发言一下子打开了我的心房。仿佛这些语言在清扫我内心的恐惧，我似乎在获得某种力量。这次布道，表面来看好像与我无关。的确，我认为自己是一个行将就木的人，我不想永生，我只想活好我的今生今世！

第二天早晨我又听到了类似的话。电话铃响的时候，彻夜未眠的妻子狄比和我正在喝咖啡，两个人悲伤得有些麻木，甚至忘记接电话。“喂，约翰！”电话那头是邻居凯瑟琳·玛莎·列索德。“你能过来坐几分钟吗？我已经知道了你的事，我想跟你谈谈。”

凯瑟琳将我们迎进门，她没有化妆，脸上也没有笑容。对于一个癌症病人来说，这就是胜于一切语言的关爱。她没有什么客套话便直接谈起来。“也许你会觉得我有些自以为是，但我还是想跟你谈谈你的信仰生活，我没有权利去批评你的欠缺，毕竟你已为《指南报》写了十多年的文章。但是那些大谈特谈理想、信仰的人，往往是脱离现实的人，其实他们的内心茫然、无所依靠。”我看看狄比，她无动于衷。

“约翰，”凯瑟琳继续说，“你相信耶稣即上帝吗？”以前我最讨厌听到这些问题。她肯定又要说上帝能治好一切，只要我信仰上帝，向上帝祈祷，上帝就会原谅罪恶而悲惨的我。但是自从昨天下午在教堂里感受到奇异的力量后，我的内心有了些微改变。她向我提了这个问题后，我便认真考虑一了下。说实话，虽然我和妻子都是基督教徒，然而它仅仅体现在填表格时，我们写上“新教徒”；参加教会的一些日常活动，或者送孩子们去教会学校等。是的，基督在我们的生活中都是形式，或者说只是习惯而已。当然我更没有去考虑这个问题：耶稣就是上帝吗？

“你也许会问这有什么不同，”凯瑟琳说，“约翰，因为这决定着你的生与死，《圣

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

经》上说，如果我们信仰上帝，我们便不会死去，我们就会获得永生。”哦，又来了！这正是我信仰基督的困难之处，我自认为是一个理性的人。我尊重甚至妒忌那些不加怀疑就接受基督的人。然而对于我自己，我的理性总是告诉我，这在逻辑上行不通。也许就是这种理性阻挡着我。面对凯瑟琳，我试图搬出我的逻辑理论来，但她阻止了我。

“约翰，其实你的心可以与上帝相连，只要你抛开你的那些理性、逻辑，就是不用脑子，不要怀疑上帝。你用心去接受上帝，上帝就会在你的心中。你要知道，每个基督徒在理解基督之前都会有一次特殊的经历。我希望你成为一个理解基督的人。”

房间里静悄悄的，我的内心却进行着激烈的思想斗争。我的理性让我对此心存疑惑；而我内心却有另一种呼唤——想要接近上帝的愿望。其实我更大的困惑在于：作为一个健康人的时候，我总是回避甚至拒绝这种上帝与耶稣的问题。现在因为癌症，恐惧死亡，我就转向了上帝。我在疑惑自己是否太投机了。我只能对凯瑟琳说：“我感觉我像个伪君子。”

“约翰，”凯瑟林低声说，“这是一种骄傲，无论何时何地，很自然的，你可以以你的方式到达上帝那儿，上帝需要你，不用别人或者外在的力量驱使你。”

我们离开时，我心中仍然疑惑。但就在回家的路上，经过一个在夏帕卡山林路的电话亭，这个电话亭至今我还能指出来，我突然转过身，对着狄比说：“我决定跃过去，狄比，我要相信基督，我想相信上帝。”

我就说了这简单的几句话，然而，从某种意义上说，那个曾经对上帝持有怀疑态度的“我”死掉了。我不知道用死掉来形容这种过程是否合适，但是我真正地感觉到，那个称为“自我”的个人意识也在逐渐消失，一个本质的我逐渐清晰。对基督的信仰慢慢就包容了自我。也许，这就是自我失去。我回归到一种像刚出生的婴儿那样的安静，没有自我的固执和自以为是的理性。这时候，我就感觉到，在我的心中有一个全新的空间，那里充溢着神秘气息和信仰的力量！

这种奇妙的感觉后不久，我就显露了第一个奇迹。是的，这就是心态的不同，我已经逐渐没有了恐惧。在手术前几分钟，一个活泼的小护士进来给我打针。我对针有一种天生的恐惧感，即使在参军的时候也是如此，那种扎进肉里的情形让我害怕。然而这次，我却没有丝毫畏惧。是啊，对于一个对死亡都无所畏惧的人，还会惧怕针尖的痛吗？“好了，让我们开始吧。”小护士快速地说。当她打完时，她的音调变了，“天，你如此轻松，就像是你在为我打针一样。”

她离开后，我才意识到这已成为事实，多么让人惊异啊。从手术前到手术后，我都是如此轻松。当我们在等着报告出来时，我的态度更是非常轻松，无所畏惧。这时我突然大悟：一个已经死去的人是不会害怕死亡的。是的，我的自我已经死去，一个本质的我现在借助我的躯体让我继续活着。

我在想《圣经》是否赞同这一点。回到家，便通过一篇索引在《圣经》里找到基督自己的一段话，基督告诉他的门徒：“现实中，任何信我言语的人，相信是上帝将我送到这个世界的人，都会拥有永恒的生命，不用在生死间做出判断，就能死而复活了。”

我看到这一页后，我非常激动，我在想，这是否就是基督对我的启示呢。我已经跨越过理性的自我接受了基督的信仰。一个新的生命开始了，这个本质的我，与我俗世的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

生命同在，然而又独立于它。不用怀疑，这是真的。这个本质的我，是一个由精神而生的生命。它正使用我这就要崩溃的肉体，正在重建我的生命。我想，就是这样，也许是一种信念在让我重获新生。如果我的精神和肉体都在重生，应当有一些证据来打动我，告诉我这新生命与我俗世的感觉无关。

我得到了，这出现的第一个证据就是医生的报告。这是一个充满希望的报告。然而这一切对我来说，已经不重要了。是的，我的新生不仅是肉体上，更是精神上的。经历了一次“死亡”后，我开始思考似乎更具有深远意义的问题：我的新生命由什么而来？重生之后，我要为什么而生存？

我有了一种奇怪的渴望，要去研究一番《新约》。在我带着兴奋和强烈的共鸣去研读它时，突然感觉这本经书有着一种生命，它有自己的精神家园。它能为我们提供精神食物，而这正是新生的我所需要的。只要你需要，它就会为你提供精神食粮。是的，就像我们身体需要食物，我们的精神也需要食物。教堂也一样，现在我不再是去教堂做形式上的礼拜了，是的，不再是一种习惯，而是一种渴慕。

在这种信仰的光芒之中，我曾经用理性和逻辑回避、拒绝的人——基督，他现在却是活生生地在我面前。我现在才醒悟过来，我一直在《圣经》里寻找，在基督教会寻觅，甚至在只言片语中找寻的基督，一直都在。

在那次从凯瑟琳家出来，我和妻子开车路过山林路的电话亭之后。转瞬之间，10 年就过去了。再经过这个电话亭时，我发现它就像一位饱经沧桑、有过喜怒哀乐的老人。我顿时惊觉，在我彷徨的那段时间里，我竟如一个贪玩的孩子，从巅峰一路奔下，滑入了生命的低谷。而我的身后，有一扇门开着，期待着。这个电话亭就像这扇门，是的，那时候，我回头看见了这个电话亭——这扇门，也看见了海阔天空。

这一切，都不是我的信念使然，而是基督的呼唤。他就站在那扇门后，呼唤着游失的孩子归家。那扇门之后，沿着一片广阔的天地，在那里：天上的云在飞，路上的花盛开着……

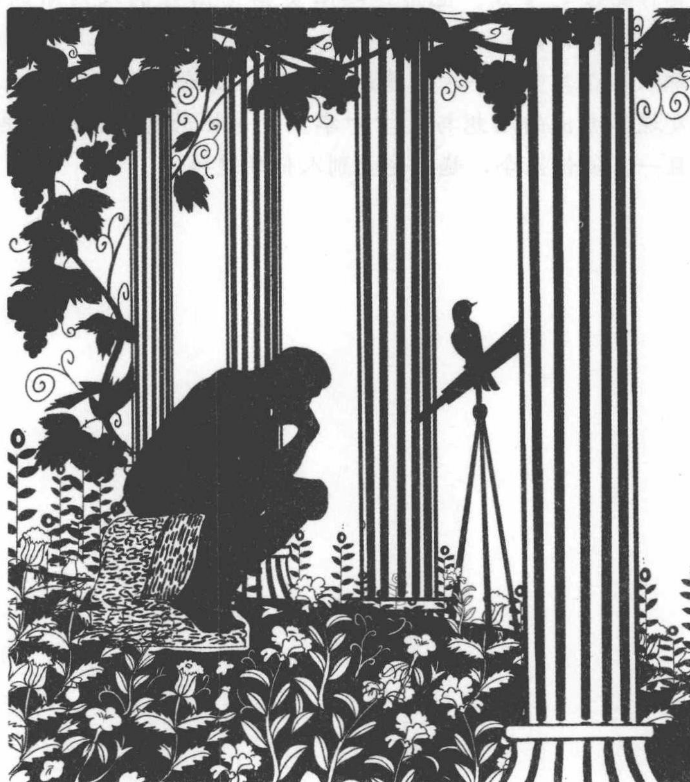
感谢信仰的力量，因为有了它，人类才会获得崇高的幸福！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

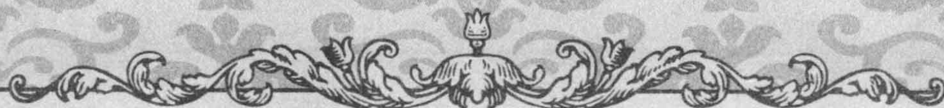
·第八卷·

思考的人

（美）詹姆斯·E. 爱伦 著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

詹姆斯·E. 爱伦被誉为“20世纪最伟大的心灵导师”。他发现了抚慰世人内心痛苦的方法，并将这些智慧的方法通过其作品公之于众。他用这些心灵话语治疗别人内心的创伤，滋润他们的心田。而这本《思考的人》，就将其精神顿悟都浓缩在其中。令人遗憾的是，直到爱伦去世以后，世人才发现其杰出的思想与文学才华。于是他的作品陆续问世，并且一直流传至今，越来越受到人们的追捧。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章 明天是今天思考的结果

有句箴言这样说："我思，故我在。"这不仅概括了一个人存在的意义，也包含了一个人在生活中所处的环境和条件。简而言之，一个人是在思考中挺立起来的，他的性格是其思维的一个总和。

恰如一株植物从种子里萌芽而成，人的行为也都是由思想的因而结的果，内心潜伏的思想会通过行为表现出来。思维和行为是因果的两端。这不仅适合于那些经过精心策划而实施的行为，同样适用于"自发性的"和"无意的"行为。

若说行为是思考之花，那么，人之苦乐，就是不同思考所结的异样果实。于是，我们每天都培植自己所生的果实，无论甘甜抑或苦涩，都自己咽下。

思考成就了我们，我们的存在就是因为懂得思考。如果一个人心存恶念，那么他的世界就会被痛苦包围，被各种不愉快压得喘不过气，就像是老牛被身后的车轮紧紧跟随……

如果一个人思想纯洁高尚，那么快乐也将如影随形地伴随着他，直到永远。

人类的成长有规律可循，并不是全部靠技巧的。在思维的世界里，因与果也是绝对的，毫无偏差。就像生活中我们看到的事实一样：高贵的品质不是来源于上帝的恩惠，或是机遇的关照，而是长期进行正确思考和神圣思考使然。卑贱性格的养成也会历经同样的过程，但是，其生成却因走了截然不同的道路——长期怀有卑劣的思想。

成败都在于人类自身思考的一瞬。人可以创造自己，也可以毁灭自己。在思维的兵工厂里，他锻造了毁灭自我、毁灭一切的武器，也打制了可以建造保卫家庭幸福、欢乐、和平的工具。通过正确的选择和诚实的思考，人逐步迈向神圣和完美；错误的思想和毫无理性的选择却能将人降至禽兽不如的地步。这两个极端之间，有着各种不同层次的性格，而人正是这些性格的创造者和主人。

这个年代中揭示的所有关于灵魂的美丽真相，最令人兴奋和并给人信心的莫过于此——人是思维的主人，是性格的塑造者，是时代、环境和命运的创造者。

作为思想的主人，作为有智慧和爱的生命个体，你手中掌握着通向各种境遇的钥匙。那种转变和重塑的力量是人本身所具有的，由此他可以使自己成为他愿意成为的形象。

人永远是自己的主人，即使当他处于势单力薄、孤助无援的境地时，他也是自己的主人。只不过当他势单力薄和孤助无援时，他是一个对自己的"家业"管理不当的愚蠢的主人。当他开始反省，开始辛勤地寻找生命所依据的法则时，他就变成了一个聪明机智的主人，以智慧来引导自己的精力和行动力，将思想倾注于充满希望的事业上，这才是一个思维清晰的主人。想要成为这样的主人，就一定要善于思考、寻找法则。而正确的思考是建立在实践探索、自我分析和经历世事之上的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一个人想要得到真金和钻戒，就要坚持不懈地搜寻和挖掘。人如果能够在自己灵魂的矿山深处发掘，那么他能够发现与自己的存在有联系的所有真理。他会发现自己是性格的制造者，是生活的塑造者，是命运的建构者。从他自身就可以证明：只要他愿意观察、控制和改变自己的思想，同时仔细探求自己的思想对自己、他人及对生活与周边环境的影响和作用，他就可以通过耐心的实践和细致的调查联系起因果；利用自己每次即使是最微不足道的经历和生活中的琐事，作为一种获取知识的途径。善于积累这样的知识，就更容易获得理解、智慧和权力。这正是人们常说的：“只有努力寻找的人才能找到；大门只会对叩门的人敞开。”只有那些持之以恒、永无止境地追求的人，才能够步入幸福的殿堂。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 环境生成于自己的思想

人的头脑好比是一座花园，既可以辛勤耕耘，让鲜花四季绽放，也可以任其荒芜，杂草丛生。无论是精心照料还是置之不理，花园都会长出嫩芽。如果没有播撒鲜花的种子，那么花园只会长满野草，不停地蔓延。

如果是用心照料自己花园的园丁，他就会定期地去除杂草，培育鲜花和果实；人们也像园丁一样，不停地照料自己头脑的花园，把所有错误、无用和肮脏的思想都清除，同时认真培养正确、有用和纯洁的思想。在这样的过程中，人们迟早会发现自己才是灵魂的园丁，是生活的导演。他也在自己身上找到思想的法则，并越来越清楚地认识到思考的巨大力量和头脑中的元素是如何作用于人，因此造就了自己的性格和命运。

人类的思想和性格其实是一体的。因为性格只能通过它周围的环境表现出来，所以一个人生活的外部环境与他的内心世界是紧密而又和谐地相联系的。当然，这并不是说，在任何环境或任何时候都能够表现他的性格，而是说环境因素与思维的一些至关重要的成分密切相连，在一定的时期，环境因素对于一个人的发展起着十分重要的作用。

每个人所处的位置都是由他自己的存在所决定的。那些植根于性格深处的思想会将他引至现在所处的位置。在生命的过程中，没有任何投机的成分，任何事情的发生都是一种有规律性的法则作用而产生的结果。这一点不仅适用于那些满意自己所处环境的人，也同样适用于那些感到自己与周围的环境“格格不入”的人。

一个有进步和发展空间的生命，他不可能永远都处在一个位置上，他还可以不断学习和成长。当他从周围的环境中学习到知识之后，那么这种环境就会慢慢地消失，一点点改变，最后变成与之前完全不同的环境。

如果一个人认为自己是外部条件的创造物，那么他就很容易受到外界环境的打击。但是，当他认识到自己是具有创造性的力量，能够主宰自己的命运，而外界环境只是生命个体的存在所依附的土壤，那么他才能够真正将命运掌握在自己的手中。

环境生成于思维，这是每个曾经试图控制自我和净化自我的人都清楚了解的。因为当他进行自我改造的时候，他将会发现，环境的改变与自己内心世界的改变，这二者之间的联系十分精确。当一个人迫不及待地修正自己性格中的缺陷，并迅速取得了显而易见的进展，那么，外部的变化也会随之体现出来，他会在很短的时间内经历一系列的起起落落、兴衰荣辱。

灵魂犹如人类心理的百宝箱，收藏着它珍惜和热爱的东西；灵魂也如人类的心理收纳箱，吸收着它所惧怕的东西。灵魂既能实现孜孜以求的理想，却也会堕落到不纯洁的欲望中去——无论灵魂通往哪条归路，自己所处的环境正是此间的途径。

如果在内心播撒或偶然散落一粒思想之籽，那么它们就会在此地生根、发芽，孕育出生命，开出行动的花朵，结出机遇和环境的果实。美丽的思想可以结出美丽的果实，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

丑陋的思想也会孕育丑陋的果实。

随着内心世界的思想变化，外部世界的形态也会不断地调整自己的形态。无论是一帆风顺的环境，抑或是曲折坎坷的道路，都能使一个人变得更加成熟。人类自己播种，自己耕耘，自己收获，从痛苦和快乐中学习累积生活的知识，变得理性而成熟。

人类的行为总是追随着自己内心最深处的欲望、理想和思维，所有的这些念头隐藏在人类内心，从不轻易显露，但却占据了他的灵魂的全部（可能是追求不纯洁的随心所欲，抑或是坚定不移地探索理想之路），人因此最终达到了他生命里所表现出来的外部形象的成熟与完整。生长与成熟的法则随时随地都适用。

有的人在济贫院里了却残生或身陷囹圄，那都不是命运或环境造成的，而是他自己卑贱的思想和下流的欲望所造成的结果。一个思想纯洁的人绝对不会因为一时的外部压力而突然坠入犯罪的深渊。犯罪的意念会无声无息地，难以察觉地在内心孕育滋长，并且在特定的时机展现出其长期聚积的能量。环境并不能造就一个人，环境的作用是慢慢将人的本性表现出来。没有邪恶的意念就不会滑入罪恶的深渊，并承受随之而来的折磨；同样，没有坚持不懈地追求崇高的理想，就不可能升华至高尚的境界，享受崇高、纯洁的幸福。因此，人，作为思想的主人和行动的支配者，是自身的创造者，是环境的塑造者。甚至在人刚刚出生时，灵魂就自行成长了；而当灵魂漫游于世间，在一步一个脚印中，它都引导各种外部环境的形成，反过来外部环境又揭示了灵魂的形象。外部环境可以反映出灵魂本身纯洁与否，是刚强还是软弱。

人们能吸引到自己身边的环境并不是他们想到的，而是他们自身具有的本能。他们的心血来潮、异想天开和野心勃勃每时每刻都可能遭遇挫折，但是，他们内心深处的思想和愿望无论是肮脏还是纯洁，却都在自然生长。“塑造我们的人生和生命的终极神性”就在我们内心深处，神性就是我们自己。只有人的思想能束缚住自己：如果思想卑贱，人将被其囚禁，噩运将会降临；如果思想高贵，人将会获得解放，获得自由。一个人想得到什么就能够得到什么，当他日夜祈祷的真正与他的思想行动和谐一致时，才能够真正得到回应和满足。

明白这个道理后，那么，人们平时所说的“与环境抗争”是什么意思呢？这意味着一个人不屈不挠地反抗着一种来自外部的压力，同时一直竭力培养和维护自己内心的期望。怎样才能实现这种期望，那么就要不断地修正自己的思想。

人们都偏向改变自己的环境，但很少有人愿意主动去改变自己，所以，他们总是处于被束缚的境地。一个勇于进行自我剖析的人在实现自己理想的道路上永远不会失败。这一真理适用于任何地方。即使一个人的唯一目标是获得财富，那么他在达到自己的目标之前必须做好充分地准备，准备随时付出巨大的个人代价。如果想要实现一个幸福、圆满的人生，那么又将会付出多大的代价呢？

如果有个人非常贫困潦倒，但他非常急切地想改变自己的生活条件，想要拥有舒适的家庭，可他总是逃避工作，总觉得自己得到的酬劳少得可怜，与付出不成正比，所以，他总是以各种理由欺骗雇主，为自己不努力工作找借口。这样的人根本不明白真正的兴旺发达所依据的最简单最基本的原则，他不仅不可能将自己从悲惨的处境中解脱出来，而且，正因他沉迷于懒惰、欺骗的思想中，他将处于一个更加悲惨的环境。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如果有个富人因贪吃的原因而长期痛苦地忍受疾病的折磨，他愿意花费大量的金钱来摆脱疾病的痛苦，却不愿意放弃自己贪吃的习惯。他想满足自己对珍馐美食的渴求，同时还想拥有健康的身体。鱼与熊掌怎能兼得？所以，这样的人享受不到健康，因为他连健康人生最基本的原则是什么都不知道。

如果有个雇主用不正当的手段来逃避支付工人的正常工资，甚至为了得到更多的利润还克扣工人的工资。这样的人是永远不会富裕发达的。当他在名誉和财富两方面都宣告破产时，他会归因于外部环境，却丝毫不会意识到是自己下流的思想所造成的。

举了这么多例子，就是为了证明：人是自己环境的制造者（尽管大多数人在正常情况下意识不到这一点）。当一个人致力于实现一个正当的目标时，如果他内心藏有一些与自己的目标格格不入的想法和欲望，那么在他实现目标的过程中就会不断地出现障碍，而且这些障碍大多数是他自己制造的。这样的事例举不胜举，这里不再冗述，因为你愿意，完全可以在自己的内心和生活轨迹中寻觅思想法则作用的痕迹。纯粹的外部事实是不足以作为推理的依据的。

由于外部环境复杂难辨，思想又深埋心里，而且从个人的角度来说，每个人对幸福的定义和标准都是不一样的，所以一个人全部的灵魂世界是不可能单从他生活的外部特征看出来的，尽管他本人对自己的精神世界已经了如指掌，但并不代表能真实地看清自己的思想。一个人可能在某些方面诚实优秀，但是却贫困潦倒；一个人可能在某些方面不诚实，但是却生活富足。通常人们得出的结论是“失败的人”是因为他诚实的品质，“发达的人”是因为他欺骗的本性，事实上这是一种肤浅的判断。其前提假定是不诚实的人毫无可取之处，而诚实的人是品行高尚的完人。如果以更深刻的知识和更广泛的经验作为推理的出发点，你会发现这样的判断是错误的。不诚实的人可能具有一些令人敬慕的美德，而且为诚实的人所不具备，而诚实的人可能有一些不诚实的人所没有的可悲的缺陷。诚实者因其诚实的思想和行动而获益，同时也要承受自己的缺陷所带来的痛苦，这就可能是导致他贫困潦倒的原因。这个道理对不诚实者亦然。

人们都认为一个人遭受折磨是因为他善于忍耐的优良品德，其实这是一个误区。只有当一个人清除掉心中所有肮脏、病态和下流的思想，洗刷掉自己灵魂中每个邪恶的污点，才能避免那些所谓的不幸。在他试图达到那种崇高完美境界的过程中，他很快就会发现伟大的法则在他心中、生活中无处不在。这一法则是绝对公正的，绝对不会以善报恶，以恶报善。有了这种意识，当他回首往事想到自己以往的无知和盲目，他就会明白自己的生活不论是过去、现在还是将来都是公正而有序的。

高尚的思想和行动不会产生坏的结果，卑劣的思想和行动也绝对不会产生好的结果。总而言之就是种瓜得瓜，种豆得豆。人们早已了解了这一法则在自然界中的作用，且能依其而行。但是很少有人明白它在精神和道德世界中的作用（尽管它在其中的运作就跟在自然界中一样简单）。这就是许多人为什么不懂得依照法则去处理事情的原因。

有些人之所以会饱受痛苦的折磨就是因为内心存在错误的想法。痛苦总是暗示一个人自己与生存的法则存在不和谐的地方。痛苦唯一有益的作用是使人变得纯洁，销毁生命中无用和肮脏的东西。对于一个品行纯洁高尚的人来说，生活中不存在痛苦与折磨。金子中的杂质被去除以后就没有必要再用烈焰对它进行锤炼，一个完美圣洁且洞察世事

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的人是不会遭受痛苦的折磨的。

有些人遭遇不幸就是因为他的头脑中产生了不和谐的想法。一个人能获得幸福也是他自己精神世界和谐的结果。幸福，并非物质上的占有，而是正确思想的测量尺度；悲凉，并非物质上的困乏，而是错误思想的测量标准。一个人可能遭受了诅咒仍然很富有；他也可能收到祝福却很贫穷。只有当财富被正确、明智地使用，幸福与财富的完美结合才能真正实现。而一个贫穷的人，只有当他认为自己的际遇是一种不公正的力量强加在他身上的负担时，他的人生才真正落入悲惨的境地。

一贫如洗与骄奢放纵是两种极端的悲惨形式，二者都同样违反了自然法则，都是精神世界里的秩序混乱造成的后果。一个人只有在幸福快乐、健康富足时，他才真正地找到自己的正确位置。幸福、健康与富裕是内心世界与外部环境相互协调的结果，是人本身与周围事物水乳交融的结果。

只有当一个人不再一味哭诉和咒骂命运的不公，并开始静下心来审视自己，那么他才是一个真正懂得思考的人；当他开始了解了哪些因素对自己的发展具有约束力时，他就不会再轻易谴责别人造成他当前的处境，他会进行认真地思考，并在高尚而有力的思想中日益成熟；他不再反抗环境，而是学会利用环境以取得更快的进展，并试图通过环境变化发现隐藏在自身中的能量和可能出现的奇迹。

统治宇宙的是秩序，而不是混乱。生命的精神与实质是公正，而不是偏颇。在精神领域，占主导地位的是公正而不是腐败。世事如此，所以人只有坚持自身正确的思想和言行，才能发现宇宙的奥妙。当一个人在不断努力完善自身的过程中，他会发现，当他对事对人的想法改变时，事和人也会发生相应地改变。

每个人身上都能找到活生生的例子来证明这个真理。只要通过系统地反省和自我分析，就很容易得到这方面的证据。如果让一个人迅速地改变自己的想法，最终他会惊诧于自己内心的改变所引起的物质生活条件的急速变化。人们总是以为思想深埋于内心，可以隐藏起来不为人知，但事实并非如此。思想很快就会通过行为表现出来，形成习惯，习惯一旦成自然，环境也就这样生成了。一方面，卑贱的思想容易形成酗酒、贪食、好色的习惯，这些习惯容易形成充满困乏且肮脏的环境；肮脏的思想容易形成虚弱无力或混乱不堪的习惯，继而又形成坎坷、多磨难的环境；恐惧、多疑和难以决断的思想容易形成软弱、犹豫、毫无男子气概的习惯，这又会转化成充满挫败、懒惰和依赖他人的环境；懒惰的思想容易形成不整洁和不诚实的习惯，这会形成肮脏、谎话连篇的环境；仇恨与诅咒的思想容易形成指责他人或喜欢诉诸暴力的习惯，这又会形成充满伤害或迫害的环境；总是以自我为中心的思想会形成自私自利的习惯，继而导致孤立无援的困苦凄惨的环境。另一方面，各种各样美丽的思想容易形成优雅、仁慈的习惯，这些习惯会形成令人心情愉快、心态乐观的环境；纯洁的思想容易形成节制和自我控制的习惯，营造安静与平和的环境；勇敢、自信与果断的思想能够形成具有男子气概的习惯，继而创造出成功、富足与自由的环境；充满活力的思想会形成整洁与勤奋的习惯，形成令人身心愉快的环境；温柔、宽容的思想容易形成宽和的习惯，继而形成有包容力、有保护力的环境；博爱、无私的思想容易形成忘我的习惯，继而形成安全可靠的环境，实现真正的繁荣和富足。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

令人沉醉其中的思绪，无论好与坏都会对性格和环境造成一定的影响。人们不能直接选择自己所处的环境，但是他能够选择自己的思想，从而间接地塑造自己周边的环境，这是毫无疑问的事实。

正确的思想对每个人都是有益无害的，它会满足你的愿望，得到良好的机遇，以最快的速度将善与恶的思想引至表面，令人一目了然。

如果一个人停止他所有罪恶的思想，全世界都会以宽容之心对待他，做好准备帮助他，促使他尽快摆脱自己懦弱、肮脏的思想。瞧！机会唾手可得，身边的机遇也都帮助他坚定自己的信心，并避免悲惨与羞愧。世界是个万花筒，五颜六色的色彩组合变幻莫测地展现在眼前，但究其实质，其实就是脑海中随时变化的思想的反映。

你会实现心中所愿，
只有失败的人才去责怪可怜的环境。
健康的精神傲然挺立，
在光明中自由飞翔。
她主宰时间，征服空间；
她降服了机会，那个自高自大的骗子；
并让狂暴的环境俯首称臣，
乖乖地做她的奴隶。
人类的愿望，无形无影的力量，
永恒的灵魂的孩子，
能够披荆斩棘实现任何目标，
即使中间有铜墙铁壁的阻隔。
在孤独的时刻不要失去耐心，
而要安静、耐心地等待；
当精神飞扬，号令天下时，
诸神都随侍在侧。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　人是自己身体的创造者

思想是身体的主人，指引着身体的行为，无论想法是经过深思熟虑或是灵光一闪，都会通过身体表现出来。如果存在罪恶的思想，这样的思想压力会使身体迅速堕落，散发出腐朽的气息，疾病就会缠身。如果有愉快、美好的思想作指挥，身体也会焕发出青春的气息，受到美丽的祝福。

疾病与健康都像环境一样，深深种植在你的思想当中。有些人会有疑问，怎么才能看出一个人的思想有缺陷呢？这其实并不难看出来。许多有缺陷的思想往往都会通过有疾病的躯体表现出来。众所周知，恐怖的想法杀死一个人的速度不低于一颗子弹。事实上，这些恐怖的想法也一直不停地消磨着成千上万人的生命。那些讳疾忌医，或惶惶不可终日的人其实心理上都有缺陷。比如焦虑会迅速地侵蚀身体的锐气，从而使身体虚弱无法抵御疾病的入侵。不纯洁的思想会很快破坏一个人的神经系统，即使这些想法并未付诸实践。

如果一个人拥有坚强、纯洁和快乐的思想，那么他的身体将会充满活力和魅力。身体如同体温计，它能敏锐感知思想的变化从而迅速做出反应。思想一旦成为习惯，就会对身体产生一定影响，可能是好的，也可能是坏的。

如果一个人拥有不洁的思想，那么，他的体内就会流淌着不洁净的血液。心灵的纯净会使生活和身体得到净化；肮脏的心灵也会使生活变得肮脏，身体开始腐化。思想是行动和生活表现的源泉。如果源头是干净纯洁的，那么，所有的一切都会是干净纯洁的。

纯净的思想培养纯净的习惯。如果圣徒不清洗自己的灵魂，那他就不是圣徒。只要是能够保证思想上的纯洁、坚强的人，就没有必要顾忌邪恶的细菌。

如果要想拥有一个完美无缺的身体，就要保持纯洁的思想。美化思想才能使身体焕发新姿。邪恶、嫉妒、失望、沮丧的想法会夺走身体原有的健康与优雅。忧愁的面容不是偶得，那是不愉快的思想作用在脸上的结果。那破坏了美丽线条的皱纹则是愚蠢、狂热与傲慢留下的痕迹。

有一个年逾 90 的老妪，却像少女一般明眸善睐。还有一个未至中年的男人，眉目间却布满沧桑。前者是因其甜蜜、灿烂的性格；后者是因为长期的狂热与不得满足的欲求。

一个房间里如果没有自由的空气、灿烂的阳光，那么就不可能成为温馨、健康的住所。同样的道理，只有当你的内心总是充满欢乐和美好的愿望时，你才能拥有一个强壮健康的体魄。

当我们随着岁月老去，脸上留下的皱纹，有的是仁慈留下的，也有的是坚强、纯洁的思想留下的，还有些皱纹是狂热刻画的，每个人都能区分这些皱纹。对于那些过着正

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

直生活的人来说，即便年老了，也如同柔和、安详的夕阳一样，绽放着美丽的光彩。曾有一位老去的哲学家，从他的遗容上看不到一丝老态，脸色安详、宁静，可见他的一生是多么地幸福。

愉悦的思想是驱除身体病痛最好的医生；美好的祝愿和现实的幸福是赶走悲哀和内心阴影最好的安抚者。如果长期生活在贪欲、愤世嫉俗、怀疑与嫉妒的思想里，思想就会被禁锢在自己建立的牢笼里。如果能够善意地思考，以愉快的态度对待一切，耐心地去发现生活中的善——这样无私的思想才是天堂的入口。只有心中怀着平和的思想，你才能过上永恒安宁的生活。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章　人生的精彩来自于目标的精彩

只有将思想与目的紧密相连，才能收获智慧的果实。对于许多人来说，他们允许思想在生命的海洋上“漂流”，但并不懂这究竟意味着什么。漫无目的的“漂流”会使你错过生活中许多美好的东西，如果你不想居无定所、食不果腹，那么就必须要尽快终止这样的漂流。

如果一个人没有明确的目标，那么他就很容易受到一些消极情绪的困扰。比如忧虑、恐惧、烦恼和自怜等，这些情绪都是软弱的表现，都将导致无法避免的过错（虽然途径不同）、失败、不幸和失落。因为在一个权力扩张的世界里，软弱是不可能保护好自己的。

每个人都应在心中确定一个合理的目标，然后再尽其所能去实现它。这个目标可能是一种精神理想，也可能是一种世俗的追求，但无论是哪一种，每个人都应将这一目标作为自己思想行为的中心去努力奋斗，都应将思想的力量全部集中于为自己设定的目标上面。这就要做到把目标作为至高无上的义务，全身心地为它的实现而奋斗，而不允许思想因为一些短暂的幻想、渴望和想象而迷路。实现目标的过程是通向自我控制和集中思想的光明大道。即使在这奋斗的路上会经历一次次的失败（这对于他来说在所有的软弱被克服之前是很自然的事），但是他愈来愈坚强的性格将是他的真正成功的尺度。这会成为获取成功和力量的崭新起点。

如果你尚未确立起一个伟大的目标，那至少应该尽心尽力完成好自己当前的任务，无论这些任务多么微不足道。只有通过这种方式，思想才能够被聚焦；果断的性格、周密的思维、充沛的精力才能逐渐地发展起来。当万事俱备，世界上就没有无法完成的任务了。

人的灵魂并不怯懦。只有深入了解自己的怯懦的人，才能够使灵魂变得强大。只要足够了解自己的不足，并且坚信只能通过努力与实践力量才能得到增长这个真理，那么他会立刻将这一真理付诸实践，并通过坚持不懈的努力、坚韧不拔的耐心使自己的力量开始增长，使自己的灵魂不断成熟，最终使成为一个最强大有力的人。

体质虚弱的人能够通过精心、持久的训练变得强壮；同样道理，思想软弱的人也能通过正确的思维和心智锻炼变得坚强。

只要你摆脱漫无目标、怯懦无能，尽早确定自己的人生目标，那么就意味着你将要加入强者的行列。在强者眼里，通往成功的道路上经历一些大大小小的失败是常态，只要能积极地利用外部条件，努力地思考、无畏地尝试，胜利的果实也就唾手可得。

在确定自己的人生目标后，就应该在心中标出一条通向成功的道路，专心致志地一路向前，不再左顾右盼。同时要清除心中所有的疑虑与恐惧。因为这些杂念只会影响你前行的进度，使前进的方向出现偏差。常怀疑虑、恐惧的想法的人永远不会获得任何成

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

就，他们总是走向失败。因为人的目标、精力、行动的力量和坚强的思想都会因疑惑与恐惧的侵入而受到损害。

我们渴望行动，是因为我们知道自己想做什么。疑虑与恐惧是我们了解自己的过程中最大的敌人。放任疑惑与恐惧在心中滋长而不是将其扼制的人，就是在成功的道路上为自己设置了重重障碍，每走一步都会受到牵制、阻挠。

征服了疑虑与恐惧的人就等于征服了失败。他的每一缕思想都饱含力量，面对所有的困难他都能坦然处之，并运用聪明才智加以克服。他的目标被牢牢地种植在内心深处，等到合适的时机就开始开花、结果、成熟，从不会过早地夭折或落地。

思想与目标合二为一时，就拥有了创造的力量。我们要清楚地知道这一点，时刻准备着成为一个更高尚、更强壮的人，而不是一个思想摇摆不定、感情变幻莫测的人。只要做到了这一点，你就可以成为一个拥有强大的精神力量、清醒又明智的支配者。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章　所有成就源于正确的思想

一个人能平步青云或只是庸庸碌碌都是他自己的思想反映出来的最直接的结果。在一个公正规范的世界里，平衡是最主要的关键词，一旦失去平衡，就意味着彻底毁灭。人需要尽快对世界负起责任。勇敢与怯懦、纯洁与肮脏都是自己的思想，而不是别人的，因此也只能由自己来改变；一个人所处的环境也是自己的选择，不是别人，所以，一个人的痛苦和幸福都掌握在自己的手中。

一个强壮的人不可能通过外部因素去改变一个虚弱的人，除非弱者心甘情愿地配合和接受这种改变。尽管是这样，仅靠外力也是不行的，弱者必须通过自己才能变得强壮。他必须通过自己的努力，培养曾经羡慕不已、为强者所具备的力量。任何人都无法改变他的环境，只有自己做出选择才能改变。

有不少人这样想并且说过："人之所以成为奴隶是因为有一个压迫者，我们应该憎恨压迫者。"但现在开始有人越来越强烈地反对这一论断，他们认为："人之所以成为压迫者是因为有很多人甘于做奴隶，我们应该鄙视奴隶。"事实上，压迫者与奴隶同样都处于一种蒙昧的状态。看上去是压迫者在折磨奴隶，而实际上他们是在自己折磨自己。真正的智者能够发现被压迫者自身的软弱和压迫者滥用权力；真正的仁者看到了两者各自所经历的煎熬而不会随意谴责任何一方；真正具有同情心的人会拥抱、安抚压迫者和被压迫者。

只要能够克服软弱，摒弃自私，那么他就不是压迫者或被压迫者，而是一个自由者。

一个人想要飞黄腾达、征服世界、功成名就，他必须先使自己的思想得到升华。

一个人若是拒绝提高自己的思想，他将永远处于怯懦、悲观绝望的境地。

一个人无论是想获取任何成就，即使是世俗的成就，他也必须使自己的思想脱离兽性、奴性的趣味。成功并不需要完全放弃人的本性，但是至少要牺牲其中的一部分。如果一个人的思想充斥着兽性，那么他既不能够清晰地思考，也不能有条理地工作。一个人无法发现和发展自己的潜质，他就不容易取得成功。这样的人，无法真正控制自己的思想，也就不能控制任何局面，或是承担严肃的责任，无法独立地去行动。他被自己选择的思想所束缚，无法尽情挥洒自己的聪明才智去获取成功。

一个人不肯做出牺牲，那么就不可能有进步和成就。衡量一个人所获得的世俗成功的标准，应包括他所抛弃的浊乱的动物性思想。思想一脱离兽性和奴性，人就能将全身心贯注于实现他的计划，决断力和独立性也会大大增强。他的思想越是高尚，也就会越有男子气、越正直、越坚定，也就越容易获得成功，并且他的成就也会更持久。

世界厌恶贪婪者、虚伪者、恶毒者，尽管有时看似相反。世界钟情于诚实者、宽宏大量者、高尚者，各个时代所有的伟大导师们都以各种各样的形式证实了这一点。要想

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

证实这一点就必须坚持正确的思想，使自己越来越高尚。

智力上的成就和满足是追求知识或是探求生命与自然的结果。有时，这些成就似乎与人们的虚荣和野心相联系，但是它们并非虚荣、野心所致，而是经过长期艰苦的努力、不断提高自己思想的自然收获。

精神上的成就是理想的实现。怀有崇高思想的人、心地纯洁和无私的人才能养成明智、高贵的品格，才能够升华至高尚、有号召力的位置。这一点是毫无疑问的，就好比太阳高挂空中的时候光芒照耀四方，十五月圆之时银光遍照大地一样。

一个人获得的成就，无论是哪种形式的成就，都是因为人具备了正确的思想。一个人若能通过果断、纯洁、正直和积极的思考和自我控制，他便能得到升华；如果兽性、懒惰、肮脏、腐化和混乱的思维始终围绕着他，这个人最终会堕落。

即使一个人已经取得了巨大的成功，甚至在精神王国达到了极高的地位，但如果他放松自己，允许傲慢、自私和腐化的思想占据他的头脑，那么他就会再次坠入软弱或悲惨的境况中。

因为正确的思想而最终获得的胜利更需要警惕地看护。很多人在取得成功后懈怠放松，结果很快就重新堕入失败。

所有成就——生意场的、智力上的，或是精神世界里的，都是目标明确、思想正确的结果。这样的成功都有同样的规则和同样的运行方法，唯一的区别就在于努力的目标方向不同。

无所成就的人一定是无所牺牲。想要有所作为就必须有所牺牲。有些人获得了巨大的成就，那么他的牺牲也就可想而知了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章　有了梦想，你才伟大

梦想点缀世界。有了梦想，这个世界才变得更美好，梦想支撑我们去创造属于我们的“世界”。尽管有时会历尽千辛万苦，但只要有梦想存在，就可以滋养、抚慰我们的心灵。人类不会放弃梦想，也不会让自己的理想褪色、消逝。人类生存在理想之中，并坚信，总有一天自己的理想会变成现实。

作曲家、雕塑家、画家、诗人、预言家、智者，他们是天堂的建筑师，是精神世界的创造者。这个世界因他们的存在而美丽，如果没有了他们，人类就会在艰苦劳动的压迫下走向消亡。

心中怀有美丽梦想和崇高理想的人，经过不懈努力，终有一天能够将梦想变成现实。哥伦布梦想着另一个世界，他发现了新大陆；哥白尼梦想世界的多重性和一个更广阔的宇宙，他揭示了宇宙的奥秘，并将人类的视野扩展到了广袤的天宇间；释迦牟尼梦想着一个纤尘不染、宁静平和的精神世界，于是他觉悟成佛。

珍藏你的梦想，珍藏你的理想，珍藏你心中最纯洁的思想，珍藏曾经拨动你心弦的音乐，珍藏你心中圣洁的美，所有最令人快乐的环境，所有天堂的美好都来自于其中。只要你忠实于自己的内心，忠实于自己的理想，梦想终将照进现实。

渴望就是得到，向往就是获取。难道只有最卑贱的愿望能够充分地实现，而最纯洁的向往只能枯萎吗？世界上绝对没有这样的道理。

敢于做高尚的梦，勇于飞向自己的梦想，你的梦想预示着未来，理想是未来的预兆。

再伟大的成就，在最初时也只是一个梦。橡树沉睡在果壳里，小鸟在蛋里等待，在一个灵魂最美丽的梦想里，一个慢慢苏醒的天使开始行动。梦想，与现实相伴同行，如情侣般。

也许你的环境并不舒适，但只要你有理想，并且为了改变现实而奋斗，那么你的环境将很快得到改善。有一个年轻人，饱受贫穷与劳作的折磨，被长期困在一个环境恶劣的车间里，没有机会上学，缺乏艺术的熏陶。但是他梦想着更好的事情：他想到智慧，他想到优雅、高尚和美，他在心中建立了一种理想的生活模式，他梦想着更大的自由和更广阔的天空。心中的骚动促使他行动，他利用所有业余时间学习，无论时间多么短暂。他运用各种方法充分地展现自己潜在的力量与资质，很快他的生活发生了巨大的变化。小小的车间作坊已不能够满足他，于是像扔掉一件旧袍子一样，现实中的困苦被远远地甩在了身后。多年后，我们看到这个年轻人变得成熟理智，成了思想的主人，实现了年轻时的梦想，并与自己的理想融为一体。

朋友，请相信自己的梦想一定会实现。不论你的梦想是卑微还是绚丽，或是介于二者之间。只要你不断地朝着心中最渴望的目标努力，你该得到的，终将得到，这都是你

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

自己思想的结果，虽不多，但也不会少。无论你现在的处境如何，你会追随自己的思想、梦想和理想浮浮沉沉或是原地踏步。也许，你会变得像曾经左右你的欲望那样渺小，也可能变得像你的最重要的抱负一样伟大。你可能是一个照看羊群的牧羊人，有一天你带着田野的芬芳漫游到了城市，在神灵的指引下进入大学的课堂，直到你对学生说“我已倾囊相授了”。现在，你成了老师，但在不久以前你还在牧羊，还在梦想伟大的事情。想要成就梦想，你就必须克服心理上的障碍，担当起改造世界的重任。

许多没有思想、愚昧、懒惰的人往往只看到事物表面的效果而不注重过程，他们认为一切都是运气、命运和机遇作用的结果。看到一个家境富裕的人，他们会说：“他真会投胎，多走运啊！”看到另一个成为知识精英的人，他们高呼：“命运对他是多么垂青啊！”看到一个圣徒般品质高尚、为众人敬仰的人，他们又会说：“机遇总是在他需要的时刻助他一臂之力。”他们看不到成功人士曾受的苦痛折磨，失败奋争，他们在逆境中求生的勇敢和付出的努力，他们所执著的信念和做出的牺牲，以及他们所征服的几乎是不可征服的困难。他们不知道黑暗与心痛，只看到光亮与欢乐，并称之为“运气”；他们看不到长时间艰苦的旅程，只看到美好的目标，称之为“好福气”；他们不会了解过程，只注重结果，认为这就是所谓的“机遇”。

人类所做的一切事情都包含了努力和结果。努力程度决定最终的结果，而不是机遇。所谓的“天赋”、力量、物质、智力和精神财富都是个人努力的结果：他们是完成的思想，是取得的成就，是实现的理想。

我们要明白，心中怀有的梦想是你一直珍藏内心的理想，这就是你生活的基础，也是你的未来。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第七章　心灵的平静是人性的珍宝

心灵的平静是智慧的一种具体体现，是人性中美丽的珍宝，它来自于长期、耐心的自我控制。心灵的安宁意味着具备一种成熟的经历以及对于思想规律与运转的不一般的了解。

一个人之所以能保持镇静的程度与他对自己的了解有着很大关联。人是一种善变的生物，尤其是思想，总是在不断地发展变化。无论是了解自己，还是了解他人，首先必须通过思考。当他对人对已都有了正确的理解，并越来越清晰地看到事物内部存在的相互间的因果关系，他就不再会轻易大惊小怪、勃然大怒、忐忑不安或是悲伤忧愁，而是保持处变不惊、泰然自若的态度。

镇静之人往往知道如何控制自己的情绪，在与人相处的过程中，总是能够很快地适应和宽容他人，而别人也会尊重他的精神力量，并且以他做榜样。一个人越是处事不惊，他的成就、影响力和号召力就越是巨大。即便是一个普通的商人，如果能够提高自我控制和沉着冷静的能力，那么他就会发现自己的生意在不断地蒸蒸日上，因为没有人会不愿意或不喜欢和一个沉着冷静的人做生意。

那些坚强、冷静的人总是能够得到人们的尊敬和爱戴。这样的人就像是烈日下一棵浓荫片片的树，或是暴风雨中抵挡风雨的岩石。“谁会不爱一个安静的心灵，一个温柔教厚、不温不火的生命?”

无论是狂风暴雨还是艳阳高照，无论是沧海桑田还是命运逆转，对于他们来说，关系都不大，因为他们永远都会以安静、沉着、友善的态度面对。我们称之为“静稳”。这样讨人喜欢的性格是人生修养的必修课，是生命盛开的鲜花，是灵魂成熟的果实。静稳和智慧一样宝贵，价比金高——是的，比足赤真金还要昂贵。与宁静的生活相比，追名逐利的生活实在太过浅薄。宁静的生活就像是生活在真理的海洋中，在急流波涛之下，不受风暴的侵扰，永远保持海面的平静。

我们曾见识过许多人，他们因为火暴激烈的性格将自己的生活变得一团糟，也因这性格毁灭了一切真与美的事物，同时葬送了自己平稳安静的性格，并将坏影响传播四方。大多数人都因缺少自我控制而破坏了美好的生活，失去了原有的幸福。在生活中，我们碰到的真正能够沉着冷静，保持一份平稳安宁的人真是寥若晨星。

的确，人性容易因为毫无节制的狂热而骚动不安，因不加控制的悲伤而波动浮沉，因为焦虑和怀疑而饱受摧残。只有那些明智的人，才会理智地控制和引导自己的思想和情绪，使心灵经历风风雨雨而始终保持着波澜不惊。

当人们经历了暴风骤雨后，无论身处何方，身处哪一种境地，他们都知道——在生活的海洋中，幸福的岛屿就在前方微笑挥手，理想的充满阳光的彼岸在等待着他们的到来。如果能将手牢牢地放在思想之舵上，唤醒灵魂深处那个可能还在沉睡的“发号施令”的主人，也就能逐步踏上成功的正轨。树立正确的思想，掌控自我控制这一强大力量，冷静地面对人生前进道路上的风风雨雨，对自己的心说：“平和，安静!”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第九卷·

钻石宝地

（美）拉塞尔·赫尔曼·康威尔 著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

拉塞尔·赫尔曼·康威尔的故乡在美国费城，他是一位牧师。在费城，他享有十分高的赞誉。因为他具有渊博的知识，并且总是充满爱心地帮助别人。而本书《钻石宝地》则是根据他的一次演讲整理而成，并在之后的时间里，成为了畅销的成功学著作。



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章 讲给“特殊的朋友”的故事

很久很久以前，我和一队英国人沿底格里斯河和幼发拉底河去旅行。向导是位阿拉伯老人，我总是觉得，他的某种气质很像我们的理发师。他说，他的职责不仅仅是带领我们沿河而行，如果只是这样会愧对所赚的导游费，所以他在一路上会免费给我们讲一个个故事，奇特古怪的、古老的或现代的、陌生的或熟悉的。这么多年过去了，他讲的许多故事我都不记得了，我并不遗憾忘了它们。但是，有一个故事却一直记在我心里，历久弥新。

我们沿着古老的河岸前行，老向导一边牵着我的骆驼缰绳，一边一个故事接着一个故事地讲个不停，直到我厌倦了，不想再听下去了。我不愿意听的时候，他就发火，但我却从来不恼。我记得，每到这个时候他就会摘下那顶土耳其式的帽子，抛成一个圆圈，吸引我的注意力。我用眼角瞥了瞥帽子，决心不直视他，免得他再讲个没完。可尽管我的好奇心并不强，但最后还是忍不住看他了，这一看，他马上就开始讲一个新的故事。

他郑重其事地看着我，说：“现在我给你讲一个故事，只有最特殊的朋友我才会讲给他们听。”当他特意强调“特殊的朋友”这个字眼时，我心里嘀咕着：这是一个什么样的故事呢？值得他如此认真对待，这引起了我的一点兴趣，于是，便冲他点了点头。

老向导说，古时候，在离印度河不远的地方住着一个波斯人，叫阿里·哈菲德。阿里有一个很大的农场，有果园、田地和花园，他还借钱给人，收取利息，他因富裕而知足，也因知足而富裕。

一天，有一位僧侣来拜访阿里，这位僧侣是来自东方的智者。他在火炉旁坐下后，便给阿里讲述世界形成的过程。他说，这个世界的最初是一团雾，万能的神将手指插进这团雾里，慢慢向外搅动，越搅越快，最后把这团雾搅成了一个结实的火球。然后，火球在太空中滚动，边燃烧边滚过其他的一团团雾，火球四周的水汽逐渐凝结，直到大雨滂沱，一滴滴地落在高温的地面上，外层的壳也就慢慢冷却。后来，里面的火冲破了外壳，耸起了山脉、丘陵，形成了山谷、草场，就这样，产生了我们这个美好的世界。然后，溶解的物质从火球里冲出来，迅速冷却，变成了花岗岩；随后冷却而成的是铜，然后是银，接下来是金，金之后，钻石也形成了。

僧侣说：“每块钻石就是一束凝固的阳光。”现在看来，这种说法从科学的角度来讲也是正确的，因为钻石其实就是太阳的碳沉积而成的。僧侣又告诉阿里，如果他拥有拇指大的一块钻石就会富可敌国，随时可以买下整个国家；如果他拥有一个钻石矿，他就能凭借这笔巨大的财富让自己的孩子们登上王位。

听了这个钻石的故事后，阿里·哈菲德知道了钻石价值连城。那天晚上，他躺在床上辗转反侧，之前的富足感和满足感一扫而空，他感觉自己已经是个穷人了。尽管他并

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

没有丢失任何东西，但却因为感到不满足而觉得贫穷。因为担心自己贫穷而不满，他暗暗发誓："我想要一个钻石矿。"那天夜里，他夜不成寐。

第二天清早，沉浸在梦乡中的僧侣被阿里摇醒，阿里急切地说："请你告诉我哪里能找到钻石？"

"钻石？你要钻石干什么？"那僧侣问道。

"当然是想变得更富有了。"

"那么，好吧，去找钻石吧。只要你去找它们，它们就是属于你的了。"

"但是我不知道从哪里找起。"

"嗯，如果你能在两边是高山的地方找到一条河，河水从白色的沙子上流过，你就能在这些白沙子里找到钻石。"

"我不相信有这样一条河。"

"有的，这样的河有很多。你该做的就是去寻找它们，然后你就会拥有它们。"阿里说："好，我马上出发。"

于是，阿里卖掉农场，还索回了贷款，将家人托给一个邻居照管，在一个迷蒙的清晨就上路去寻找钻石了。我想，他肯定是在月亮山开始寻找的。然后，又来到巴勒斯坦，接着辗转进入欧洲，最后，他身无分文，衣衫褴褛，困苦不堪。有一天，他站在西班牙巴赛罗纳海湾的岸边，两边悬崖壁立，大浪毫不留情地向他打来。这个可怜的人在寻找钻石的一路上饱经苦难和打击，早已奄奄一息。面对这样苍凉的景象，他抵抗不住一种可怕的冲动，便跳进了迎面而来的潮水中，淹没在浪花翻腾的波涛之下，再也没有站起来。

老向导语重心长地跟我讲完这个悲惨的故事后，停下来，转身去扶另一匹骆驼身上滑下来的行李。趁他走开的工夫，我认真地思索着这个故事：他为什么要把这样一个故事留给"特殊的朋友"呢？这个故事似乎没头没尾，没有中间情节，没有伏笔，也没有特别吸引人的地方。在故事的第一部分主角就死了，这是我有生以来第一次听到这样的故事。

过了一会儿，老向导回来了，他拿起缰绳，开始讲故事的第二部分，仿佛中间没有停顿过一样。

一天，那个买下了阿里农场的人牵着骆驼去花园里饮水。园里的小溪很浅，当骆驼将鼻子伸到水里的时候，那个人发现：小溪底部的白沙子里闪耀着一道奇异的光芒。顺着这道光芒，他从白沙子里挖出了一块黑色的石头，黑色的外表掩盖不住它耀眼的光芒，光彩炫目。于是他把这个石头拿进屋里，放在中央的壁炉架上，后来就完全忘了这码事。

没过几天，那位僧侣来阿里的农场拜访，一进门，就看到了客厅壁炉架上的那道闪光，他冲过去，喊道："这是钻石！难道是阿里·哈菲德回来了？"

"啊，没有，阿里·哈菲德没有回来，那也不是钻石，不过是块黑石头，就在我们家的花园里找到的。"

僧人说："我向你保证，那就是钻石。"

然后，两人一起来到了花园里，用手在白沙子里挖掘寻找。天啊！他们居然发现了

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一块更有价值、更美丽的宝石。

老向导还对我说："戈尔康达钻石矿就是这样被发现的，这是人类历史上最辉煌的钻石矿，胜过金伯利。英王王冠上的科依诺尔钻石、俄罗斯国王王冠上的奥尔洛夫钻石、世界上最大的钻石全都是从这个钻石矿中挖掘出来的。"原来，老向导讲的不只是故事，而是真实的历史。

故事的第二部分讲完后，老向导又摘下了土耳其帽子，抛向空中，以让我留意故事的寓意。尽管故事并未直接涉及道德、伦理，但阿拉伯导游却总是强调其中的寓意。他边抛帽子，边对我说："如果阿里得到消息后能先待在家里，挖一挖自己的地窖、麦田、花园，而不是盲目地往外冲，在陌生的地方寻寻觅觅，历尽艰难困苦、饥寒交迫，以至于最后绝望自杀，他就会拥有自己的钻石宝地。啊，他的农场每一英亩，每一铲土，后来都挖出了钻石，这些钻石镶嵌在了国王和王后们的桂冠上。如果是这样的结局，该多美好啊。"

当他把故事的寓意讲完后，我终于明白，他为什么要把这个故事留给"特殊的朋友"。但是我并没有告诉他我已经领悟到其中的奥妙。这个有趣的阿拉伯人行事作风像律师一样转弯抹角，说出一些本来他不敢说的话，那就是，他心里认为，一个理应待在家里的美国年轻人，此时却正沿着底格里斯河旅行。虽然我看穿了他的想法，但我并没有让他知道。反而说，他的故事使我想起了另外几个类似的故事。于是便给他讲了一些故事。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章　财富，就在你脚下

第一个故事也是关于农场主的。故事发生在1847年的加利福尼亚。农场主听说加利福尼亚南部发现了金矿，便燃起了淘金的激情，他将农场卖给萨特上校，就满怀着发财的希望出门寻金了，从此再也没有回来。萨特上校在流过农场的小溪边上建了一个磨坊。一天，他的小女儿从溪流里捞出一些湿沙子，并把它们带回家，她坐在火炉边用手指筛沙子，从指间落下的沙子里，真金的光芒闪耀到一位客人眼中，就这样，又发现了一处金矿。原来的农场主如果留下来对自己的一亩三分地开始寻找，多多注意一下自己脚下的这块土地，这些财富就全是属于他的。自从那天从沙子里看到了第一束金光，在那几英亩的农场上，已经挖掘出了价值3800万美元的金子。一连好几年，这座农场的主人每15分钟就能得到价值360美元的金子，无论何时，无论是睡着还是醒着，这些获得的财富都不必交税。这样的收入谁不想要呢，如果不必交所得税的话。

在宾夕法尼亚州还有另外一个故事，比上面那个更有说服力。有这样一个人，他不像我们见过的某些宾州人贫穷而又愚昧。他拥有一座农场，为了去干更大的事业，他打算卖掉自己的农场。但是在卖农场之前，他要先找到另一份工作，也就是，为他的表哥开采石油。表哥在加拿大做石油生意，他是最早在加拿大发现石油的人之一。于是这位宾州的农场主写了一封信给表哥，想通过他找到工作。这个农场主不是个蠢人。除非找到了新工作，他绝不会先离开自己的农场。表哥回信拒绝了，因为农场主对石油生意一无所知。

然而，农场主并没有放弃，而是写信跟表哥说："我一定会学会这门生意的。"于是，他以极大的热情开始学习关于石油的全部课程。从上帝创造世界的第二天学起，那时的世界还被浓密的植被覆盖着，然后全都变成了原始煤矿。接着学到从这些丰富的煤矿里流出了值得开采的石油。然后他学习自流井是怎样形成的，直到全部掌握了煤油的性状、气味和提炼方法。这时，他又给表哥写了一封信，告诉他："我学会做石油生意了。"表哥回信说："好的，那你就过来吧。"

于是，他卖掉了自己的农场，据小镇档案记载，卖了833美元（正好833美元，没有零头）。他离开农场后不久，买主就开始着手安排饮牛的事情。他发现，许多年来，以前的农场主一直把一块厚木板插在谷仓后面的小溪里。木板仅仅斜插进水里几英寸，在对岸就形成一层看似恐怖的泡沫，使得牛不敢在有泡沫的地方喝水，只能在下游饮水。就这样，那个去加拿大的人23年来亲手阻止了大量的煤油流出来。几年前，宾州的地质学家宣布，那个农场分布有大量的石油，后来经开采，当年就为宾州创利1亿美元；后来，他们又宣布，这一发现能使宾州获利10亿美元。如今，在这片土地上坐落着提多城和乐城山谷，曾经拥有它的那个人自学石油课程，从上帝创世的第二天一直研究到当代。他仔细地考察了这块土地，一草一木都了如指掌，后来却仅以833美元的价

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

格卖掉了整个农场。

世界上有很多人都犯过这样的错误，我们又凭什么嘲笑那个人呢？

今天晚上，我环视着周围所有听众时，看到的是50年来司空见惯的面孔——犯同样错误的人。我希望能见到一些年轻的面孔，希望这里坐满了中学生和文法学校的学生，我想和他们好好地进行交流。我更喜欢年轻的听众，是因为他们可塑性更强，没有成年人的偏见，没有顽固的风俗习惯，没有经历过太多失败的打击；与成年人相比，我能给这些年轻人带来更大的启发和帮助，尽管如此，我仍会为今晚的听众倾力奉献。我要告诉你们，在费城——你们的故乡，也有"钻石宝地"。但肯定有人会说："噢，如果你这样认为，那么，你对这座城市太不了解了。"

曾在报纸上看过一则让我非常感兴趣的报道：一位年轻人在北卡莱罗纳州找到了钻石。这是迄今发现的最纯的钻石，以前在这附近地区也发现过几颗钻石。为此，我拜访了一位著名的矿物学教授，问他那些钻石从何而来。他仔细地查看美国大陆地质构造图并且一丝不苟地寻找。然后告诉我，那些钻石可能埋藏在地下的煤层里，向西穿过俄亥俄河和密西西比河，但向东穿过弗吉尼亚州直达大西洋海岸的煤层里更有可能。其实，那里确实有钻石，而且已被售出，它们是在漂流时期从北部某个地方漂移到那里的。除了拿着钻头来到费城的人，还有谁能找到钻石矿的印迹呢？朋友们，不是因为你没有站在世界上最辉煌的钻石矿上，而是最纯的钻石也不过是从地球上最优质的矿藏里发掘出来的，财富也许就在你脚下。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　金钱有力量，却不等于力量

以上的故事只是为了更好地说明我的观点所选的一些例证，但我想要强调的是，如果你没有钻石矿，仍然能够拥有一切于你有益的东西。在英国的一次招待会上，一个美国女人因为没有佩戴任何珠宝，而受到了英国女王最高度的赞扬。这证明钻石的作用也并非无往不利。如果你想要表现得谦逊纯朴，就尽量少戴些珠宝吧！

我要再次强调：此时此刻，在费城就有发财的机会和获得巨大财富的机会。今晚听我演讲的男人女人们几乎都有这样的机会。我站到这个讲台上不是给你们背诵那些准备好的说辞，而是来告诉你们我所信仰的上帝和真理。日积月累的生活经验，使我相信自己是正确的。坐在这里的男男女女，能够买到票来听讲座，就有机会拥有“钻石宝地”，就有机会获得巨大的财富。世界上从来没有一个地方像今天的费城这样适于发财，历史上从来没有像费城能提供这么好的机遇，一个没有资本的人能够靠诚实迅速致富。我说的是事实，并希望你们相信并接受这个事实。我不是来浪费时间的，如果你们认真地听了我今天所讲的内容，却仍然不能使自己富裕起来，那么我的努力就白费了。

每个人都应该富有，并且有责任使自己富有。有不少人问我：“作为一名牧师，你在全国各地讲道，就是为了教育年轻人如何发财致富吗?”

我告诉他们：“没错，正是如此。”

他们说：“好奇怪啊！为什么你不传播福音，反而在这里给我们讲授生财之道呢?”

“因为教人靠诚实致富就是在传播福音。”

原因就在于此，能迅速发财致富的人可能是大家能够找到的最诚实的人。

也许，今晚在座的一些年轻人会问：“我向来听说，如果一个人有了钱，就会变得卑鄙、虚伪、吝啬，令人生厌。”我的朋友，这就是你为什么不能迅速发财致富的原因，因为你对人怀有这样的偏见。你的信仰基础是完全错误的。请允许我在此发表一个郑重而简洁的声明（因为这需要讨论，而我们现在没有时间），100 个美国富人中有 98 个是诚实的。这就是他们富有的原因，也就是他们能够被委以财富，经营大企业，雇用很多人的原因。他们都是诚实的人。

也有另外的年轻人问我说：“我曾经听说有人是靠欺诈赚钱的。”其实，不仅你听说过，我也听说过。但是这样的事毕竟少见，所以报纸才会把它们当做新闻报道，以至让你认为所有富人的财富都是靠欺诈得来的。

朋友们，你愿意用自己的车送我到费城的郊外去吗？让我们一同去拜访住在这雄伟的城市周边的人。他们都拥有豪华的住宅和繁花盛开的园圃，仿佛是一件件精美的艺术品。我要把你们介绍给这些人格最高尚同时事业也最兴旺的费城人。一个人只有拥有了自己的家才能成为一个真正的人。亲手创建出的家园使他们更诚实、更正直、也更纯洁。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一个人想要赚钱，甚至赚大钱，这样的事情并不违背我们为人处世的原则。我们总是告诫人们不要贪婪，反复劝告人们力戒贪婪，经常使用“肮脏的金钱”之类的词，结果使基督徒认为，我们这些站在讲坛上传道授业的人相信赚钱对任何人来说都是邪恶的。可是，当人群中传过募捐箱的时候，总有些人想咒骂别人没捐更多的钱。噢，金钱的理论就是这样矛盾。

在很多情况下，金钱就是力量，所以，我们应立志拥有它！你们应该有这样的抱负，因为一个人有钱的时候能够比他没钱的时候做更多的好事。钱能用来印刷《圣经》，建造教堂，派遣传道士，支付牧师的工资。如果没有了工资，有多少人愿意做牧师呢？工资高的人才有力量做更多的好事。只要他能凭正义感恰当使用自己的财产，就可以轻松地做到这一点。

有人问我说：“难道你一点儿也不同情穷人吗？”不！我当然同情他们，否则这许多年来我就不会演讲了。此时此刻我仍然同情他们，但是真正值得同情的穷人原本就很少。同情一个因为罪恶而受到上帝惩罚的人，而且是当上帝仍在施行正义的惩罚的时候帮助他，我可以说，这并不是在行善，而且是毫无疑问的；然而我们经常这样做，甚至多过帮助那些真正值得帮助的人。一方面，我们应该同情上帝的贫困儿女，也就是那些没有自助能力的人；同时，我们更应该记住，美国的穷人都是由于自己或他人的缺点而导致贫穷的。无论什么情况下，贫穷都是错误的。

一位先生曾经问过我：“难道你不认为世界上有些东西比金钱更重要吗？”我当然认为这世间有胜过金钱的东西的存在，但是我现在谈的就是钱的问题。我知道有比黄金更高贵更灿烂的东西，我相信世界上有比金钱更宝贵、更甜美、更纯洁的东西。我相信爱是最伟大的，但是既有钱又有爱的人才是幸运的。金钱就是力量，金钱能伤人，也能行善。在善良的男人女人手中，它能够很容易成就善举，而且事实也证明了这一点。

这个道德必须澄清一下。在一次祷告会上，我听见一个男人站着祷告说：“感谢主，我是天父的一个贫穷的孩子。”噢，我真不知道他妻子听到这话后会有何感想。家里的全部收入都是她工作所得；丈夫还喜欢在阳台上抽烟，因此抽掉了一部分钱。我不想再见到像他这样的所谓的上帝的穷孩子，恐怕上帝也和我一样不想见到他们，但是却有些人认为，只有极度穷困，极度肮脏的人才能信仰虔诚。这是错误的。虽然我们同情穷人，但却不能大肆宣扬这个错误的理论。

现代的社会并不鼓励基督徒发家致富（或者，按犹太人的说法，称他们为“畏惧上帝的人”）。这种偏见如此普遍，以至于许多年前坦普尔大学神学院有一位年轻人认为自己是全学院里唯一虔诚的学生。一天晚上，他来到我的办公室，坐在我面前，说：“院长先生，我想自己有必要与您探讨一番。”

“出什么事了？”

他认真地说：“我听说，您在我们学院和皮尔斯学校的毕业典礼上说，年轻人渴望发财是一种好现象，是一种高远的志向。这一志向使他懂得自制，使他更加勤奋，促使他追求声誉。您说发财的理想最终会使一个人成为好人。先生，我来是为了告诉您，《圣经》上说：‘金钱是万恶之渊薮。’”

我告诉他说我从来没在《圣经》里读过这句话，并建议他到小教堂把《圣经》拿

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

来，把原文指给我看。于是他转身去取《圣经》。没一会儿，他端着一本已打开的《圣经》大踏步走进我的办公室，那骄傲的神情酷似一个狭隘顽固的宗派之徒，看起来就像把自己的宗教信仰建立在对《圣经》的误解之上。他把《圣经》摊在我的桌上，在我的耳边几乎是尖叫地说道："在这呢，院长先生，您可以自己读读。"

我说："很好，年轻人，等你再长几岁就会明白，你不能让另外一个教派替你读《圣经》，因为你属于另一个完全不同的派别。在神学院这句话是按照注释来讲解的。现在，请你拿着这本《圣经》，自己好好读读原文，给它一个适当的解释，好吗?"

他双手捧起《圣经》，骄傲地大声读道："嗜好金钱是万恶之渊薮。"

他没有读错。事实也是，当一个人正确地引用《圣经》时，他引证的绝对可以说是真理。50 年来，我亲身经历了这本神圣的书给这个世界带来的巨大变化，亲眼看到自由的旗帜在世界到处飘扬；有史以来世界上从未有过如此众多伟大的心灵一致地认同《圣经》是真理，可以说一字一句都是真理。

因此我说他的引言是正确的，是绝对真理。"嗜好金钱是万恶之渊薮。"企图一夜之间靠欺诈发财的人将会掉入更多的陷阱，这是毫无疑问的。嗜好金钱意味着什么呢?如果说金钱是偶像的话，那么任何形式的偶像崇拜都是被《圣经》所禁止的，也是为有识之士所指责的。崇拜金钱，却不思考它的用途，仅仅把金钱当做偶像，如吝啬鬼般把钱囤积在地窖里，或者藏在保险柜里，而不进行投资从而使它有益于世界，这样的人只会抱住金钱不放，直至金钱在他心里深深地扎下了罪恶的根。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章 无论贫富，都要学会自力更生

现在我要回答一个几乎在场的各位都想知道的问题："费城有发财的机会吗?"其实，找到机会并不困难，当你看到机会的时候，同时也就拥有了机会。有个老人曾对我说过："康威尔先生，你在费城住了 31 年吧，难道你会不知道在我们这座城市行事之艰难吗？我开了一个店，费尽心思苦心经营，可仔细一算，这 20 年来所有的净收入加起来还不到 1000 美元。"

实际上，我们可以用这个城市支付给你的财富来衡量你对它的贡献。这是因为一个人的收入最能精确地衡量他的价值，也就是以他某一时刻给予世界的益处为标准。如果你在费城苦心经营了 20 年，赚到的钱还不到 1000 元，那么费城早该在 19 年 9 个月时就把你从这个城市踢出去。即便是在费城住宅区的街道拐角开一家小杂货店，也没有理由在 20 年这么长的时间里连最起码的 50 万美元都赚不到。

也许有人会质疑我说："你根本不懂生意，牧师从来就不懂得该怎么做生意。"那好，我就好好地证明一下我在商业方面的专业素养。这是不得已而为之，因为如果我不是专家，谁肯轻易接受我的观点呢？这应当从我小时候的经历说起，那时我父亲在乡村开了一个杂货店。如果说天底下有什么地方能让人学到各种生意经的话，就非乡村的杂货店莫属。当时父亲出门的时候我就照看一下小店。有一件事情让我印象特别深刻：一个人走进店里，问我："这里有锄草刀吗?"

我吹着口哨对他说："我们不卖锄草刀。"然后就转身走开了。我干吗要管那个人需要什么呢？接着，另一位农夫进来问："卖锄草刀吗?"

"不卖。"我哼着另一种曲调走开了。可是又有一个人走进店里，问了同样的问题："有锄草刀吗?"

"没有，为什么所有的人都到这里买锄草刀呢？你以为我们在乡村开这家店就是为了卖锄草刀吗?"

你有没有在费城开过这样的店？我想说明的是，信仰上帝和生意兴隆是以完全一致的原则为基础的。如果有人说："我无法将宗教信仰和生意结合起来。"那么他要不在生意上是个蠢材，要不就会很快破产，要不就是个小偷，三者必居其一，不出几年，他就会一事无成，甚至是一败涂地。如果不能在生意中坚持自己的宗教信仰，他必败无疑。假如我真的按照基督教的宗旨和上帝的计划照管父亲的杂货店的话，当第三个人进店说要买锄草刀的时候，我就能够卖给他了。那样，我为他做了好事，自己也会因此得到报酬，这些都是我应尽的职责。

有一些过分虔诚的基督教徒认为，不管你卖什么东西赚了钱，都是不义的。事实正好相反，如果你以低于成本的价格卖出了商品，那你就成了罪犯，因为你没有权利这样做。如果一个人连自己的钱都不能照管好，谁能将钱托付给他呢？要是一个人连对自己

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的妻子都不忠实，谁能相信他的品行好呢？一个人如果心地不诚实，品格不刚直，那这种人就不值得信任。当第一个顾客在我的店里买不到锄草刀，我就有责任意识到这一商品在这个区域的需求，争取把锄草刀卖给第三个或者第二个顾客，同时也使自己获利。但是我没有权力向顾客索要超过商品价值的价格，也没有权力卖了货却不赚钱。正确的销售之道是：买方和卖方获得同样的利益。

福音书的原则是：不但自己生存也要帮助别人生存。这也是符合生活常识的。年轻人应该过真正的生活，不要等到我这样的年龄才一点点感受到生活的乐趣。这些年来，我同样有过发财的梦想，如果这些梦想能够变成现实，我就拥有几百万元，即使是一半的数目也很好。就算真能实现，我仍然觉得我所得到的快乐比不上今天晚上我们在此聚会。多年来，我以同样的方式解释人生，并且得到了回报。这就是我帮助别人的方式。每个人都应该尽力而为，帮助别人，并且从中得到快乐。如果一个人回到家，想到的是今天偷了一元钱，或是抢劫了别人靠诚实赚来的钱，他是无法安心休息的。第二天早上，他睡醒了却仍然感到疲惫，心情愈加沉重，因为他的良心受到了谴责。即使他积攒了上百万元的财富，也根本不能算是一个成功的人。相反，如果一个人正确运用自己的权利而获得利润，并始终与他人分享，那么他不仅每天都过着有意义的生活，更是走在一条通向巨大财富的光明的大道上。无数个百万富翁的故事都证实了这一点。

所以，说自己在费城开店 20 年却一无所获的人，他的经商原则一定是错误的。假如我明天早上走进你的商店，问："你认识某人吗？他住在哪里？"

"对，我对他有印象，他在街角的商店里工作。"

"他是哪儿的人？"

"不知道。"

"他家里还有哪些人？"

"不知道。"

"大选时他投了谁的票？"

"不知道。"

"他去哪儿做礼拜？"

"不知道，他跟我一点关系也没有，我也从来不在意他，你问这么多问题干吗？"

如果你也在费城开店，你会这样回答我吗？如果是，那么你的经营方式就像我当年在马萨诸塞乡村替父亲照管杂货店时一样。你不知道自己的邻居在来费城以前住在哪儿，也毫不关心。若是你留意的话，你现在已经是一个富翁了。你要是足够关心身边的人，对他们的事情感兴趣，弄清楚他们的需求，那么你早就发财了。而你却总是抱怨："没有赚钱的机会呀！"你错了，其实机会一直都在你身边。

如果你的父母很富有，能为你提供足够的资金，那么你是在为父母做生意，而并非为自己。

年轻人拥有太多不是自己赚来的钱并不是什么好事。继承财产对他们的个人发展来说毫无帮助。把钱留给你的孩子，对他们有百害而无一利。但是如果你用这些钱让孩子从小受到良好的教育，使他们信仰虔诚、品格高尚，留给他们很多朋友和一个好名声，这些将使他们受益终生。单纯地让孩子们有钱，不利于孩子自身，更不利于国家。年轻

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

人啊，如果你继承了财产，不要以为这是一件多么好的事。钱会成为你一生的祸害，会使你无法享受到人生最美的东西。没有比当那些富翁的子女更让人可怜的了，他们没有经历过奋斗，也就没能过上本该属于自己的真正的人生。可怜的富翁的儿女！他们永远都不会知道人生中最美好的东西是什么。

人生最美好的事情是这样的：一个自力更生的年轻男人与心爱的女人订婚，决心营造一个属于自己的家。爱给了他神圣的启示，使他渴望得到更美好的东西。于是他开始攒钱，努力改掉坏习惯，把钱都存到银行里。当他有了几百元积蓄时，就到乡村找一所房子，可能因此而花去了一半存款。然后去接心上人，当他第一次将新娘带进新家时，他会无比自豪地说："这个家是我自己赚来的，完全属于我，也属于你。"这一刻，才是人生中最美好的时刻。

然而，很多富家子弟永远也不会有这样的体验。他只会把新娘领进一座十分豪华的大宅，带她观赏各种精美的陈设，但是不得不说："这是我母亲给我的，那是我母亲给我的。"结果新娘觉得自己似乎是与他母亲结了婚。这样的人生多么可悲！

据一项调查数据显示，马萨诸塞州 17 个富人的儿子中没有一个不是在穷困潦倒中死去的。我同情这些富人的儿子，除非他们像范德比尔特的长子那样明智。这位长子曾经这样问老范德比尔特："你所有的钱都是自己赚来的吗?"

"是的，孩子，我最初在渡船上干活的时候，每天只挣 25 美分。"

"那么，你的钱我一分也不要。"

在与他父亲谈话后的一个星期六的晚上，他也试图找一份在渡船的工作，可惜没有成功。不过他最终找到了一个每周赚 3 美元的职位。如果一个富翁的儿子能这样做，就会跟其他穷孩子一样接受生活的磨炼，这种磨炼对所有的人来说比高等教育还重要。然后他才有能力经管父亲的百万资产。但是，富翁通常不会让儿子做这些自己早年经历过的白手起家的事情，也不让孩子出去工作，孩子的母亲更是对此严令禁止！为什么呢?因为他们认为，如果他们那纤细瘦弱的女孩般的儿子不得不靠自己的劳动谋生，那是一种莫大的耻辱。像这种富人的孩子最后再穷困潦倒也不值得人们同情。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章　致富没有固定的模式，但有一定的法则

我能找到一个很好的例子来证明我的观点，这是一个大家都非常熟悉的真实的故事。斯图亚特一开始只是纽约的一个穷孩子，谋生之初手上只有1美元50美分。他做第一笔生意时，就赔了87.5美分。从某种角度来说，第一次冒险就失败的男孩子是多么幸运啊！他在心里对自己说："我再也不会在生意上冒险了！"他确实没有进行第二次冒险。那87.5美分是怎样损失的呢？这个故事可能大家都已经知道了——他买了一些针线和纽扣，可是没有人需要，于是这些东西积压在他手里，白白地赔了钱。他说："我再也不会像这样丢掉一分钱。"然后他挨家挨户地询问人们需要什么，弄清楚之后，他用剩下的62.5美分来满足这些需要。无论你从事什么工作——生意、职业、照管家务，生活中的任何事，在开始行动之前，都应当先研究一下人们的需求，这就是成功的奥秘。你必须先了解人们的需求，然后才能往最需要的地方去投入资金和精力。后来，斯图亚特利用这个原则赚了4000万美元。沃纳梅克先生继续着他的伟大事业，经营着斯图亚特在纽约创建的商店。他之所以拥有这么多的财富都来自于一个教训：必须将自己的钱投入人们需要的事务中。推销员们，什么时候你们能领会这个教训？制造商们，什么时候你们能明白，如果想成功，就需要清楚地了解别人不断变化的需要。所有的人，所有的基督徒，无论作为制造商、商人，还是工人，都应满足人们的需要。这个原则适用于全人类。

如果我问大家这样一个问题：在这个工业发达的城市，有没有机会在制造业上发财。"有的，"某个年轻人可能会说，"如果你能得到某个托拉斯的支持，或者有两三百万美元作为创业的资金，你就有可能发财。"年轻人，打击"大企业"而致使托拉斯解体的史实证明，现在是小企业发展的大好时机。现在，即使你没有那么多的资金，也同样能在制造业中迅速发财，这样的机会千载难逢。

但不免有人会产生质疑："这样的事，根本就不可能办到，没有一点儿资本，怎么可能开始做生意呢？"我必须解释清楚，因为我有责任让每个年轻的男女明白，从而使他们尽快按同一个计划开始自己的业务。记住，年轻人，如果你了解了人们的需求，那么你所掌握的关于财富的知识胜过所有的资金。在马萨诸塞州，有一个人失业了，整天在家无所事事懒懒散散地度日。直到有一天，妻子实在看不下去，就要他到外面找份工作干。他听从了妻子的话出了门，却不知道上哪儿找工作。于是他坐在海湾的岸边，把一块浸湿的木片削成一个小木人。天黑了，就带着小木人回家了。当天晚上，孩子们因小木人争吵起来，于是他又削了一个使孩子们安静。当他在制作第二个小木人的时候，一个邻居正好来串门，饶有兴趣地看了一会儿，提议说："为什么你不削些玩具去卖呢？它肯定能帮助你赚很多钱。"

"噢，我不知道该做些什么玩具。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

"为什么不去问问你家的孩子呢?"

这位木匠说:"那有什么用呢?我的孩子和别人的孩子想要的都不一样。"

但是，他还是接受了邻居的建议。第二天早上，当女儿玛丽从楼上下来时，他问:"你想要什么样的玩具呢?"玛丽告诉他，她想要玩具床、玩具脸盆架、玩具马车、玩具小雨伞，还说了很多很多足足可以让他做一辈子的东西。就这样，通过在家里询问自己的孩子，他获得了制造的灵感。他找来烧火用的柴，因为他没有钱买木材，削出了一些结实的不涂色的玩具。多年以后，这些玩具传到了世界各地。那个人最初只为自己的孩子做玩具，后来按照它们的样式，做了更多的玩具，通过他家隔壁的鞋店卖出去。开始的时候，他赚了一点儿钱，渐渐地越赚越多。劳逊先生曾在他的《狂热金融》一书中说，这个人一度成为马萨诸塞州最富有的人。如今他拥有 1000 万美元，并且 34 年来，始终按照同一个原则赢得财富——一个人必须通过了解自己家的孩子喜欢什么从而判断别人家的孩子喜欢什么；通过了解自己、自己的妻子和孩子而知晓他人的内心，这就是他在制造业上通往成功的秘诀。"噢，"你们要问，"难道他真的没有任何资本吗?"有的，一把小刀，但是不知道这把刀是否是他花钱买的。

我曾在一份报纸上看到这样一个论断：女人从未发明过任何东西。那家报纸简直应当重办。

如果说女人从来没有发明过任何东西，那我不禁要问，提花机是谁发明的呢?你们穿的一针一线都是靠它织出来的。发明人是雅卡尔夫人。印刷工人用的滚筒、印刷机，是农民的妻子发明的。谁在南方发明了轧棉机，从而使我们国家的财富奇迹般地增长?是杰纳瑞尔·格林夫人。惠特尼先生讲解了其中的原理。又是谁发明的缝纫机呢?小孩子们都知道是伊利阿斯·豪。

我和豪曾经一起参加了南北战争，住在同一顶帐篷里。我经常听他说，他花了 14 年时间，试图发明缝纫机，最终都没有成功。不过，有一天，他的妻子下定决心开始研究，因为这种东西如果不能很快发明出来的话，他们一家人就得饿死了。于是仅仅用了两个小时，她就成功地发明了缝纫机。当然豪先生用自己的名字申请了专利。男人习惯了做这样的事。谁发明了除草机和收割机?根据麦柯考米克先生最近刚刚发表的内幕情况，发明者是一位弗吉尼亚州的妇女。麦柯考米克先生的父亲和他本人试图发明收割机，但是两个人都没有成功，于是便放弃了。然而这个女人拿来很多大剪刀，把它们钉在一块木板的边上，每一对剪刀都有一支把柄是松动的，然后用线把这些大剪刀连接起来，向一个方向拉动，剪刀就合起来，向另外一个方向拉动，剪刀就打开。因此，她找到了除草机的原理。你要是仔细看一看除草机就会发现，它不过是由许多大剪刀构成的。如果说女人能发明除草机、提花机、轧棉机，发明意义深远的轧钢机（卡耐基先生说，轧钢机为美国所有的钢铁厂奠定了基础），那么，男人为什么不能发明天地间任何一样东西呢?我这样说，是为了给我们男人一些鼓励。

谁是这个世界上最伟大的发明家?我再一次提出这个问题。他就坐在你的身边，或者就是你本人。"噢，"可是你会说，"我一生从未发明过任何东西。"伟大的发明家们最初也没有任何发明创造，直到有一天发现了一个重大秘密。你觉得大发明家就应该有一颗大脑袋，或者眼神应该像闪电一样犀利吗?根本不是。真正伟大的人普普通通、平淡

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

无奇却深明常理。如果你没有看到他的实际成就，根本做梦也想不到他就是那位天才的发明家。他的邻居们也并不把他看成是伟人来尊敬，人们在自家后院永远不会发现出什么新奇的东西。于是常说，自己的邻居中怎么可能会出伟人呢？他们都远在别的地方。身旁的伟大之处总是这样的简单、朴素、真实、实际，以至于邻居和朋友们都没有觉察到。

真正的伟大经常不为人知，这是事实。人们对最伟大的男人、女人一无所知。我去加菲尔德将军家为他写传记时，他家的大门前就围了好多人。一个邻居，知道我事情紧急，就把我带到将军家的后门，喊道："吉姆！吉姆！"过了一会儿，"吉姆"来开门，让我进了屋。就这样，我得以为美国最伟大的人之一写了传记。然而在他的邻居眼中，加菲尔德将军再伟大，他也一样是过去的"吉姆"。如果你认识费城的一位伟大人物，并且每天都可以遇见，那么你一定也只是向他这样问候："你好吗，山姆？"或者："吉姆，早上好。"

由于在南北战争时期的一个战友被判处死刑，我平生第一次来到首都华盛顿，进入白宫拜见总统。在等候室里，我和许多人一起坐在长椅上，总统秘书一个接一个地询问他们的要求。问完了一排人，秘书进去了，然后又出现在门口，向我示意。我走进前厅，秘书说："那扇门进去就是总统的办公室。敲敲门进去就可以了。"这时，我感到前所未有地害怕，身体僵硬地站在美国总统的办公室前，不能动弹。我上过战场，在安提他姆，炮弹在我周围"嗖嗖"掠过的时候，我也没有像今天这样害怕。最终，我还是鼓起了勇气，也不知这股勇气是哪里来的。我伸直胳膊，敲了敲门。里面的人没有开门，只是喊道："进来，坐下！"

我走了进去，欠着身坐在椅子边上。心里还在不停地想如果此刻远在欧洲该有多好啊！坐在桌后的那个人没有抬头看我。他属于世界上最伟大的人之一，只是凭着一条原则就成为最伟大的人。要是全费城的年轻人现在都在这里多好，我就可以给他们讲讲这条原则，因这条原则可以给这座城市和人类文明带来极大地影响。亚伯拉罕·林肯成为伟人的原则几乎能被所有的人采用。那就是：不管做什么，都倾尽全力，坚持到底，直到完全胜利。在所有的地方只要坚持这条原则就可以造就伟人。他继续埋头批阅桌上的文件，我坐在那儿，禁不住颤抖。最后，他把批阅好的文件用绳缚好，放到一边，抬起头，疲惫的脸上露出一丝微笑。他说："我很忙，只有几分钟时间。请你用最简洁的话告诉我你的要求。"我开始讲那件案子。他说："这件事的本末我都听说过，你不必多说了。前几天斯坦顿先生还和我谈起这件事。你现在可以回旅店去，放心吧，总统绝不会签署命令，把一个不到 20 岁的小伙子处以死刑的，绝对不会。你可以将这话告诉他的母亲。"

然后，他问我："战场上怎么样？"

我回答说："有时候我们很泄气。"

他说："别担心。我们很快就要赢了，已经离光明很近了。谁也不应该指望一辈子做美国总统，任期满了的时候，我会很高兴地退下来。到那时，我和泰德要回到伊利诺伊州斯普林菲尔德老家去。我已经在那里买了一座农场，即使重新又过上每天只赚 25 美分的生活，我也不在乎。泰德养了几头骡子，我们还要种洋葱。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

接着他问我："你是在农场长大的吗？"

我说："是的，我是在马萨诸塞州伯克郡山庄长大的。"

他将一条腿从大椅子的一角伸出来，说："我从小就听说过，在伯克郡山庄，你们必须把羊的鼻子削尖，它们才能把嘴伸到岩缝里吃草。"他那么亲切地和我聊家常，显得跟普通人没两样，我甚至觉得他多么像一个庄稼人，我的拘束感也一下子变得无影无踪。

随后他又拿起一卷文件，望着我说："再见。"我明白他的意思，站起来，走出去。出门之后，我难以相信，刚才自己见的是美国的总统。几天后，我仍然在那座城市，看到人群穿过白宫东屋，瞻仰林肯的灵柩。我看着遇刺的总统微微上抬的面孔，心想，就在几天前，我才见过他，他是如此朴实无华，但却是上帝选定的最伟大的人之一，带领一个国家走向最后的胜利。可是在他的邻居眼里，他不过是"老艾贝"。举行第二次葬礼的时候，我也应邀扶送总统的灵柩安放在斯普林菲尔墓地。坟墓的旁边，站着林肯以前的邻居，在他们的眼里，总统仍然还是"老艾贝"。

你见过有的人趾高气扬，大摇大摆，撞在正在干活的汽车修理工身上吗？你会觉得这种人伟大吗？他只不过是一只吹起来的气球，被两只脚拽住，这种人毫无伟大之处。

谁是伟大的男人、女人？几天前，听说了一个小东西的故事，正是这个小东西使一贫如洗的人发了大财。他有过一次痛苦的经历，正是这次经历促使他发明了一种新的别针，也就是现在的安全别针。凭借这枚小小的安全别针，他成为美国最富有的家族之一的创始人。

马萨诸塞州有个非常贫穷的人，在一家制钉工厂干活。他 38 岁时因为工伤，不能继续在车间干活了，只能在办公室里擦账单上用铅笔做的记录，工资很低。他每天用橡皮擦账单，手很容易就累得酸疼。后来，他想出了一个办法，把一块橡皮绑在一根小棍的一端，用它擦账单，像是在开飞机。他的小女儿看见他工作的样子，说："你有了自己的专利。"这位父亲后来说："我女儿告诉我，拿一根小棍，把橡皮绑在一头，就是一项专利，最初的想法就是这样。"后来他在波士顿申请了专利。现在我们使用的带橡皮的铅笔就源于这项专利。最后这个贫穷的工人拥有了百万的资产。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章 伟大不在于将来的富足，而在于穷困时做大事

我有一个问题请大家回答，费城有哪些伟大的男人、女人？可能有些先生会站起来说："费城哪有什么伟人，伟人都不住在这，他们在罗马、圣彼得、伦敦、马纳温克，或者别的什么地方，就是不在费城。"现在我还想谈一个最关键的问题，一个让我冥思苦想的问题：为什么费城没有成为一座更富有、更伟大的城市？为什么费城会被纽约超过？可能有人会说："因为纽约有海港。"为什么美国有许多没有海港的城市也超过了费城？原因就在于我们费城人自己贬低自己的城市。如果世界上有哪座城市需要被人强迫才能前进，那就是费城。修建林荫大道的提议被驳回；修建设备更先进的学校的提议被驳回；实行法制改革的提议也被驳回；所有有利于这个城市建设的建议和改进方法都被驳回。费城一直待我很好，但我必须向这座美丽的城市指出：我们应该好好巡视一下自己的城市，百业待兴，我们为什么不能做一番轰轰烈烈的事业展示给世人看，就像芝加哥、纽约、圣路易斯和旧金山的人一样。如果我们能唤起费城人的这种精神，我们就能把费城变成一个伟大的城市！

奋起吧，几十万费城人，相信上帝、相信人类，相信在这里就有天赐良机——不是在纽约，或者波士顿，而是就在这里——费城！这里有商机，有赢得生命中全部有价值的东西的时机。让我们从此刻开始，为振兴费城的事业而努力奋斗吧！

请原谅我冒昧说出这些话，因为我已经说了很长时间了。但是还有另外两个年轻人，一个站起来说："费城将会出现一位伟人，而且是以前从未有过的。"

"噢，这是真的吗？你将什么时候成为伟人？"

"当我在选举中获胜，担任政治职务的时候。"

年轻人，难道你不知道，在我们现行的政府体制中，担任公职是证明一个人渺小的基本依据吗？这是我们从小在政治学的初级课本里学到的基本道理。在这个人民当家做主的国家，政府为人民所有，为人民服务。只要这条原则不变，担任公职的人就只能是人民的公仆。《圣经》中说："仆人永远高不过主人。"还说："被派遣的人不可能高过派遣他的人。"如果人民是真正的统治者，那么我们不需要貌似伟大的人担任公职。如果这样伟大的人真的担任了政府要职，那么，10年内我们的国家将会变成一个帝国。

在妇女即将获得选举权之际，我听过不少年轻女人说："将来有一天我也要成为美国总统。"我支持妇女获得选举权，这是不可逆转的社会趋势。也许以后我本人也想担任一个职务；但是如果担任公职的野心影响了妇女参加投票的权利，那么我要把留给年轻男人的告诫告诉她们；仅仅获得投一票的权利，是毫无意义的。还有一个，就是如果你不能控制一张以上的选票，就不会有人知道你，你那投一票的微薄力量也不会有人感觉得到。这个国家不是靠选票来统治的。你以为选票真的这么重要吗？这个国家靠影响

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

力来统治，靠勇于控制选票的雄心和魅力来统治。这一点是为了担任公职而投票的年轻女人容易犯的一个错误。

另外一个年轻人站起来说："在这个国家，在费城，将会出现伟大的人。""真的是这样吗？那将是什么时候的事情？"

"当发生一场伟大战争的时候，因为英国愚蠢的行径或者墨西哥的挑衅而发生了战争，或者与中国或日本，或跟某个遥远的国家之间爆发了战争。到那时候，我将奋勇直前，迎着炮口冲过去，在烽火连天的炮火中冲锋陷阵，我要跳进敌军阵营，扯下他们的旗帜，扛走它，赢得胜利。我将衣锦还乡，肩上佩戴着星章，担任国家赠给我的任何职位，我将要成为一个伟大的人。"

你不可能变成一个伟大的人，因为你认为担任政府职务会使你伟大。但你要记住，如果你在得到职位之前本就只是一个很平庸的人，在担任职务之后也不会因此就变得伟大。这只能是个讽刺。

在纪念对西班牙战争胜利 50 周年之际，我们举行了和平庆祝活动。欧洲国家对此很不理解，他们说："再过 50 年，费城就不会有人听说过什么西班牙战争。"你们当中有些人看到了布劳得大街上的游行队伍。当时我不在费城，家里人写信告诉我，载有豪普逊中尉的 4 驾马车正好停在我们家大门外，人们高呼："豪普逊万岁！"如果我也在场，我也会这样喊的，因为豪普逊理应得到这个国家更多的荣誉。如果我走进一所学校，问："是谁在圣地亚哥击沉了梅里马克号？"男孩子们就会回答："豪普逊。"其实他们只说对了 1/10。因为那艘船上还有另外几位英雄，他们坚守岗位，不惧危险，一直暴露在西班牙军的炮火下；而豪普逊，作为一名军官，本可以理所当然地待在烟囱后面。这里聚集着费城最聪明的人，但是，也许没有一个人能够说出另外 7 个人的名字。

我们不该宣扬战争的历史，而应该教育人们：无论一个人的职位多么卑微，只要他在自己的岗位上尽心尽责，就有资格跟现任总统一样获得美国人民给予的荣誉。可惜这样的教育方式并不为人们所采纳，我们经常听到的是，所有的战役都是将军们打的。

我至今仍记得，南北战争之后，我去南方看望罗勃特·爱德华·李将军，他是一位虔诚的基督信徒，无论是南方还是北方都认为他是一个伟大的美国人，都为他感到骄傲。将军给我讲了他的一个仆人的故事。那个仆人叫拉斯特斯，是应征入伍的黑人士兵。有一天，李将军把他叫到跟前，取笑说："拉斯特斯，我听说你们全连的人都阵亡了，你为什么没死呢？"拉斯特斯冲他眨眨眼，答道："因为每当战斗打响的时候，我就和将军们一起后退。"

还有一件事我也不曾忘记。每当我闭上眼睛——紧紧地闭上——啊！我的眼前浮现出年轻时认识的人的面孔。是的，他们曾经对我说："你年富力强，可以夜以继日地工作，仿佛时间从不停歇！你不会变老的。"像任何一个同龄的老人一样，当我闭上眼睛时，曾经爱过和失去的人的面孔总是接连出现在眼前。我深深地明白，再华丽的说辞也改变不了我年已垂暮的事实。

现在，我闭上眼睛，仿佛又回到了马省的家乡，我仿佛看到了山顶上的牛栏，还有那儿的马棚；我看到了公理会的教堂，还有市政厅和登山者的小屋；看到很多人成群结队而出，穿着鲜艳夺目的衣服；我看见彩旗飘扬，手绢挥舞，还听见了乐队的演奏。我

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

看见那一连征战入伍的士兵列队走入广场。当时，我还只是一个男孩子，但已是一连之长，意气风发。尽管当时一根缝衣针就能把我的梦戳碎，但在当下却觉得，那是世界上的人能够经历的最伟大的事件。如果你曾梦想要当国王和女王，那就努力争取被市长接见吧。

在雄壮的乐曲声中，人们倾城而出迎接我们。我无比骄傲地带领我的军队列队走过那片公地，下山走进市政府。我的士兵穿过中央的过道，各自就座，我坐在第一排。一大群人，大约有一二百人拥进来挤满了礼堂，摩肩擦踵，四周都站满了人。然后，政府官员入场，在讲台上坐成半圆形，市长位居中央。这个人以前并未担任过任何公职；但他是个好人，并且认为公职能使一个人变得伟大。当他坐在讲台上突然发现我坐在第一排的时候，就立刻走下讲台，邀我上台与市政府官员们坐在一起。在我没有参战以前，他们当中没有任何人注意过我，除了建议老师惩罚我，可现在我居然被邀请上台，与他们比肩而坐。噢，上帝！当时，市长就是帝王，我们那个时代的国王。这巨大的荣誉使我非常激动。

当我坐好后，大会主席就站起来，走到桌边，我们都以为，他会先介绍公理会的牧师，由牧师向返乡的士兵演讲，因为牧师是这个市里面唯一的演说家。不过，当观众们发现那个老家伙要亲自演讲时，脸上都不禁露出惊讶的神情。他一生从未发表过演说，但是他犯了许许多多人犯过的错误。他似乎认为只要担任了政府职务，就能变成伟大的演说家。如果一个人长大想做演说家，在小的时候却从来没有练过嘴皮子，这真是一件匪夷所思的事。

牧师早已将演讲稿背得滚瓜烂熟，当他在草场上来回踱步背诵时，甚至连牛都被吓呆了。他将稿子摊在桌上，推一推眼镜，在讲稿上探身停了一会儿，然后就大踏步走向演说台，脚步响亮而沉重——咚，咚，咚。可想而知，他一定对演讲的题目做了深入地研究，因为他呈现出一种慷慨激昂的神情。他的肢体语言也很有气势，身体的重心落在左脚跟，两肩后仰，右脚成45度角微微向前伸出，然后开始演讲。也许有人会说：“这是不是太夸张了?”一点都不夸张，这样的演讲才能鼓舞人心。

“公民们——”他听到自己的声音，手指就开始颤抖，双膝打战，然后全身发抖。他结结巴巴，说不出话来，只好回到桌边去看讲稿。然后他握紧拳头，鼓足勇气，重新开始：“公民们，我们——公民们，我们——我们——我们——我们——我们——我们很高兴——我们很高兴——我们很高兴。我们今天很高兴欢迎这些曾经浴血奋战的战士回到家乡——终于又回到家乡。我们尤其——我们尤其——我们尤其，我们尤其高兴地看到这位年轻的英雄今天与我们在一起（这是指我）——这位年轻的英雄，在想象中（朋友们，记住他说的这句话；如果他没有说“在想象中”，我提到这个短语就显得过于自以为是了）——这个年轻的英雄，在想象中我们看见他带领——我们看见他带领——带领，我们看见他带领他的部队走向最激烈的战斗。我们看见他明亮的——我们看见他明亮的——他明亮的——他明亮的剑——在阳光下闪耀，他向着部队高喊：‘冲啊!’”

啊，天哪！那个好人对战争一无所知。今天晚上在场的任何一个合众国部队的战友都可以告诉你们，步兵军官在危险来临之时走在士兵前面，这几乎是犯罪行为。“他，举起在阳光下闪耀的明亮的剑，向着部队高喊：‘冲啊!’”我从来没有这样做过。你们

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

想一想，在那种境地下，我能走在士兵的前面被前方的敌人和后面的士兵射死吗？那根本不是身为军官应处的位置。在实际的战斗中，军官的位置是在战线后方。职位越高，向后走得愈远。并不是因为他们不如士兵们勇敢，而是因为战争法就是这样要求的。不管是军官还是士兵，都要坚守自己的岗位，全心全意尽心尽责，那么他才是伟大的！

当时我学到这个教训，只要我还能呼吸，我就永远也不会忘记。伟大不在于将来担任什么职务，而在于贫穷之时做大事，卑微之际成壮举。人要想成为一个伟大的人，不是只有在战场才能做出成就。而是就在此时此刻，就在此地费城，就能成为一个伟大的人。只要他能带给这座城市更好的街道，更好的人行道，更好的学校，更多的大学，更多的幸福，更先进的文明，更虔诚的信仰，那么他无论身在何处都是伟大的。这一点每个在场的人都应该记住，如果你想成为一个伟大的人，就必须从你所在之处做起，从你现处的位置做起，从费城开始，从现在开始。一个伟大的人应当能给他的家乡带来福利，能在他所住的地方做个好公民，能为建设更美丽的家园作出自己的贡献，无论做售货员、出纳员还是家庭主妇，无论生活过得富裕还是贫穷，都能创造幸福，无论在任何地方都能伟大，但他必须先让自己的家乡变得伟大。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第十卷·

最伟大的力量

（美）马丁·科尔 著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

马丁·科尔是美国著名的作家、心理学家和演说家。他用自己的亲身经历和实践去帮助许多人面对困惑、难题和抉择。《最伟大的力量》是一部颇有精神启发意义的经典之作。正如他自己所说的一样——“上百亿的人穷其一生都在困苦中无奈地生活，这仅仅是因为他们没意识到自己最伟大的力量。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

序 善于发现“最伟大的力量”

每个人都拥有力量，但不一定每个人都懂得主动去开发和利用。有些力量与生俱来，以至于你容易忽略它的存在，所以没有产生去开发利用它的意识。而这，恰恰是马丁·科尔所说的“最伟大的力量”。……力量这东西，你有，我有，人人都有。

身心健康……心平气和……事业成功……家庭幸福……只要你读过马丁·科尔写的《最伟大的力量》一书并有意识地对照书中的方法去做，拥有这一切并不难。

科尔的思想影响甚著，他是启发性自助丛书的传播者和出版者，如《思考与致富》《成功的定律》等，指引着成千上万人不断往好的方向发展变化着。科尔的一生，致力于追求能使自己和别人活得更好并走向成功的生活知识。也正是因为他的努力钻研、坚持不懈，才有了《最伟大的力量》中的发现。

身为美国联合保险公司及其附属公司总裁的我，曾讶异于这本书在我们的销售代表和办公室职员的工作、生活中产生的巨大的推动力。

身为芝加哥男孩俱乐部主席的我，曾用《最伟大的力量》一书所展示的方法来唤醒那些十八九岁的年轻人，使之自觉开发自己的潜力，学会自我管理，并学会发现学校生活、社交活动中能使自己出类拔萃的因素和生活中的真正财富。

身为成功协会的会员，《我的影子跑得快》一书的作者，我曾亲眼目睹《最伟大的力量》中的“力量”如何激励囚犯们有意识、有计划地使自己重返社会、获得新生。

身为几家心理健康组织的负责人，我切身感受到《最伟大的力量》一书给那些浮沉于情海、沉迷于酒色中的人的指引性力量。

《最伟大的力量》一书引人深思，但又通俗易懂。寥寥几语便直击内心，给人以启发、感动，从而采取行动。读完此书，学会挖掘自己身上“最伟大的力量”，并主动运用，你的生活也会变得更好。

美国联合保险公司董事长
克莱门特·斯通

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章　每个人身上都有一种伟大的力量

每个人身上都拥有一种伟大的力量，这力量之巨往往令人惊叹。如果能够运用得当，它将一洗以往你的羞怯、混乱、无所适从，而变得自信、平静和泰然自若。

现实生活中，不少人抱怨自己时运不济，生活无味……以及周围这个世界运转的方式，但他们却没有意识到，每个人身上拥有的那种神奇的力量，足以令人获得新生。

如果能够意识到这种神奇力量的存在并运用得当，你的生活将会焕然一新，变成你梦寐以求的生活。悲伤的生活可以变得快乐，失败也可能转化为成功。当贫穷啃噬着你的生活的时候，你可以将它当成一种历练并感到庆幸。羞怯也可以转化为自信。把平淡的生活变得妙趣横生，充满乐趣。担惊受怕也能安然度过，从而获得自由。

在走向成功的过程中，我们难免会一次又一次地遇到困难和挫折，置身于逆境之中。一个人如果长期陷入一系列的困难中，不得不和这样那样的麻烦抗争。不久，他就会形成这样一种生活态度：人生是艰难的，人生就是战斗，生活总是给他设立一道又一道的坎……那么，做这么多的事情有什么用呢？……“你不可能成为赢家”。那么，这个人就会灰心丧气，认准无论自己再怎么努力，都“不会有什么好事”。他自己想获得成功的梦想破灭之后，便将注意力转移到子女身上，希望子女过上另一种生活。有时，这会成为一种解决问题的方式，然而孩子们又容易陷入和父辈们相同的生活方式中。最终这个人得出结论：唯一能够解决这个问题的办法，就是结束自己的生命——自杀。

从头到尾，这个人都没有发现自己身上那种能改变人生的巨大力量。他没能分辨出这种力量，甚至完全不知道这种力量的存在。当他看见成千上万的人和他一样，以相同的方式与命运抗争，他认为那就是生活。

莱莫多·德奥维斯曾经讲过这样一个故事：

亚里山德拉大图书馆被烧之后，只有一本书保存了下来。但这本书价值不高，于是一个识得几个字的穷人用几个铜板买下了这本书。这本书虽然不是很有趣，但里面有一个非常有趣的东西！那是一条窄窄的羊皮纸，里面写着“点金石”的秘密。

点金石虽只是一块小小的石头，却能将任何一种普通金属变成纯金。羊皮纸上的文字解释说，点金石就在黑海的海滩上，和成千上万的与它看起来一模一样的小石子混在一起，但秘密就在这儿。真正的点金石摸起来很温暖，而普通的石子摸上去是冰凉的。于是这个人开始变卖家产，买了一些简单的装备，在海边扎起帐篷，开始检验那些小石子。这就是他多年的计划。

他清楚，如果将摸起来冰凉的普通石子扔在地上，那么他很有可能几百次地重复捡到这块石子。所以，当他摸到冰凉的石子的时候，他就将石子扔进大海里。他这样忙碌了一整天，却没有捡到一块是点金石的石子。然后他又这样干了一个星期，一个月，一年，三年。可惜，他还是没能找到点金石。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有一天中午，他捡到了一块石子，并且是温暖的石子，但他随手就把它扔进海里。他已经形成了习惯，把他捡到的所有的石子都扔进海里。他已经习惯了扔石子的动作，以至于梦寐以求的“点金石”到手了，却还是将其扔进海里。

唉，有多少次我们已经触摸到这种巨大的力量却没有认出它？有多少次这种巨大的力量明明就在我们手中却被我们亲手扔掉？如果没有意识到它的存在进而抓住它，那么我们就不可能创造出伟大的奇迹。这正是我从前为什么要用这样一整篇专题论文来讨论这种巨大的力量的原因，这就是人类所拥有的伟大的力量。

康威尔曾在他的《钻石宝地》一书中讲过这样一个农夫的故事。农夫有一个温馨的家。他的土地为他赚进许多钱，每年他都能从种植作物的收成中存下一笔钱。他衣食不缺，生活过得不仅有价值，而且还很快乐。然而，有一天一个僧侣对他说：“如果你能找到这样一个地方，那里的沙子是白色的，有水从上面流过，你就能找到钻石。你的儿女会比任何一位王子公主都富有，而你将得到你所能想象到的所有财富。”那一夜农夫失眠了……这是许多年来的第一次。他在床上辗转反侧。最后，他决定天一亮就卖掉农场，离开家去寻找钻石。他这样做了。他把家人托付给一位邻居，带上钱，走遍全世界去寻找钻石。最后，当他口袋里只剩下几分钱的时候，他开始厌恶自己和自己的行为，于是自杀了。这时，那个僧侣又来到了农场。他走进房子，抬头看了看壁炉台，问道：“农场原来的主人回来了吗?”农场的新主人回答说：“没有，他没回来。”僧侣不相信，他坚持说：“他肯定回来了，要不那边壁炉台上怎么有宝石呢?”“啊，不，”农场的新主人说，“那不可能……这块石头是我在后院发现的。”僧侣还是坚持向农场的新主人保证说：“我没有骗你，那真的就是钻石。”

非洲的金伯利金刚石矿就是这样被发现的。

你应该读出了这个故事的意义所在。当我们跑遍全世界去寻找钻石时，而钻石其实就在我们的后院。我们穷其一生都在寻找可以彻底改变我们现有生活的能力，但许多人用一生的时间都没有找到。而其实，它就在我们面前。我们要做的就是认识它、利用它，它就在你的身边。

伟大力量令人惊讶的地方就在于每个人都可以运用它。它并不需要经过什么特殊的训练或教育。这不是那种你必须有特殊的资质才能成功地利用它的能力。这也不是某些人特有的一种能力，运用它不需要任何财富或威望。这是一种与生俱来的能力，无论贫穷或富有，成功或失败。我们认识到这种能力越早，步入正轨并一直走下去的进程也会越快。这对他人也能起到模范作用。

许多人走进鞋店时，往往不会意识到，他们可以买一双高跟鞋，也可以买一双平跟鞋；当他们走进服装店时，他们可以买一件浅色的裙子，也可以买一件深色的外套；当他们打开收音机的时候，他们可以把旋钮调到这个台，也可以把它调到那个台；当他们走进冰淇淋店的时候，他们可以买一个巧克力脆皮，也可以买一杯菠萝汽水；当他们要去看电影的时候，他们可以去一个附近的电影院，也可以去繁华城区的电影院。生活的确如此，如果你选择的话。当你想度假时，如果你选择了去海滨而不是去爬山，你就做出了选择。当你要买一辆小汽车的时候，你可以选择买某个奢侈品牌的车，也可以选择买价格亲民的车。也就是说，一个人掌握最大的力量就是选择的力量。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 环境不能控制，但是可以选择

明智的人都知道一个人不可能控制周围的环境。但是，我们可以选择周围的环境。

对于大多数人来说，我们一定要承认自己控制不了外部条件这个事实。那么，我们能做什么呢？我们可以控制我们的想法，并且通过控制自己的想法，运用这种最伟大的力量——选择的力量，我们可以间接地改变周围的环境。

这是一个发生在战争时期的例子：

在战争期间，每个年轻人都要求去参军。这是特殊时期的特殊要求，他没有别的选择，他必须为自己的祖国作贡献。他被带到军营里，在那儿接受训练，他在为参加战斗做准备。到现在为止，他自始至终都没有任何选择的余地，他必须做他的上司让他做的事情，必须遵从命令，但是他仍然有选择自己的想法的权力。如果他选择了诸如他不可能活着打完仗，他会受伤致残这样的想法，而这些事情又恰恰发生了的话，那也没有什么好奇怪的。我们知道，事实上，一个人或一个士兵确实可以通过自己选择的力量来保护自己。英国最伟大的科学家之一，F. L. 罗桑在《生活理解》一书中，给我们讲述了一个关于英国军团的故事。这个团在威特利斯上校的带领下，曾在第一次世界大战中服役 4 年而没有人员损失。军官和士兵们的积极配合使这种空前绝后的纪录成为可能。就因为他们不断地、有规律地背诵并重复《诗篇》第 91 条中被称作“保护诗篇”的文字。这也是一个关于选择力量的例子，通过运用人类拥有的最伟大的力量达到保护自己的目的。

外部的环境好坏变化无常，这是众所周知的。有的人甚至在情况好的时候都活不下去，情况糟时就可想而知了。这主要是因为他们没有运用这种最伟大的力量——选择的力量。当陷于困境时，许多人裹足不前，内心满是失意与落魄，等着政府采取措施来改变这种状况。但有些人则会运用这种最伟大的力量——选择的力量。这种人即使在困难时期也可能取得成功。许多最伟大的事业都是在“所谓的”困难时期开始并建立起来的。为什么会这样呢，因为这些成功的开创者拒绝迷信所谓的困难时期，无论如何他们总是要朝前走，所以他们成功了。在困难时期，我们也可能多次地遇到环境好的时候所不可能遇到的机遇。比如企业创办之初需要的经费较少；合伙人很容易找到，价钱也不贵；竞争不是那么激烈等，关键在于，那些满怀失望的人只要有一点点勇气，不需要打硬仗就可以获得成功。

在“经济萧条”时期，有个年轻的生意人认为自己的生意之所以做得不好，是因为时运不济，赶上了困难时期。他认为除非能够使周围的情况变好，他的生意才可能有所好转。然而，就在这个困难时期中最困难的一段时间里，他偶然走进一个购物区，发现这个购物区有两个卖肉的，他们之间隔着十来家商店。其中一个肉贩子非常忙，人们在他的摊位前站成三四排等着。而另一个摊前却门可罗雀。问题就出在这里。经济的萧

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

条、环境的艰难是客观存在的，但是对于这同一个街区中的两个肉贩子来说，其中一个甚至压根就不知道或者是没有意识到有“经济萧条”这个东西，而另一个人却几乎连糊口都做不到。这个年轻的商人决定进行一番调查。他走进那家有人在排队等候的肉店。老板先用一种非常客气的口吻跟他打招呼，然后又说：“我很忙，但您只需要等上几分钟我就可以招呼您了。”他对每个顾客都是态度亲切而有礼貌，并乐意为顾客解决困难，真诚为他们服务。他从来只给顾客提建议，不与顾客争执。买卖就这样愉快成交。随后，这个年轻商人来到另一家肉店。老板咆哮道：“你要买什么？”他不卖给年轻人想买的肉，却强行推销他觉得人家应该买的。这样的作风令人不快，因此，顾客也就越来越少。不同的经营态度的选择，所发挥出来的力量也不一样。

这个肉贩认为在这段困难时期，生意要想做好很难。所以，在顾客们的眼里，他是一个没有礼貌、没有教养的人。另外，他甚至把自己的不良情绪发泄到光顾他肉店的顾客身上。另一个肉贩选择了相信生意做得好坏是自己的责任。于是他待人礼貌公平，乐于助人。他不知道经济萧条意味着什么。他做出了正确的选择。那个觉得生意不好做的人做出了一个错误的选择。那些意识到选择力量的人，都能够从中获取更多的收获，那些意识不到这种力量的人，消极的态度将生活变成一种负担。选择的力量可以帮你赚取更多的财富。

年轻的商人意识到了两个肉贩之间的不同。第二天他回到自己的办公室开始工作。他选择了相信那是他自己的责任，而与环境或政府无关。他开始进行广告宣传，调整了商品的价格，进行特卖活动，对生意做了一些必要的调整使之适应目前的环境。不久他又忙碌起来了……生意又好起来了……他又在赚钱了。他没有改变周围的环境，但他改变了自己。他运用了选择的力量，他的生意不但没有关门，反而比以前更红火了。

如何才能使人们意识到这种选择的力量呢？难道只有通过某种特定的方式才能使人们认识到这种伟大的选择力量吗？这种力量只存在于人类自己的头脑中，他们可以自主选择，逐步规划，过自己梦寐以求的生活。把责任归于周围的环境是再容易不过的；把责任归于亲戚朋友也是再容易不过的；把责任归于政府还是再容易不过的；把责任归于任何人、任何事都是再容易不过的，如果你选择这样做的话。但许多人都意识到了选择的力量，他们才逐渐地取得了进步。这种进步不仅表现在生意上，也反映在一个人的社会生活、家庭生活和私生活上。他开始意识到自己才是那个做出选择的人，而他的朋友们、亲戚们，虽然都是为他好，却不能代他做出选择。因此，他建立起了一种货真价实的自信。这种自信是建立在他自己的能力、活动和主动性的基础之上的。他不再依赖周围的环境，也不再依赖想象中的某个东西，而是依靠自己。从他意识到这种力量开始，结果就开始不断地显露出来。但想要意识到这种力量并非易事，大脑就好比一个跑马场，千百种偏差在我们的大脑中以极快的速度跑过，使我们很难分辨出这种简单而又令人惊讶的力量。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　成败其实是自己内心的抉择

的确，现在的你无论信仰什么，都具备这种选择的力量。你选择鞋、汽车、广播、电影、度假方式、伴侣。你有这种能力，没有任何除你本人之外的东西能迫使你作出决定。你做了决定是因为你做了选择。你做出了这样的选择，因为你希望它如此。如果这是个糟糕的选择，那么，我们当然希望把责任推到什么人或什么东西上。于是，有人就说："这是上帝的旨意。"但是，这是事实吗？你可能很熟悉那句老话："自助者，天恒助之。"不管有关上帝的那些传说，你信还是不信，但上帝确实赋予每个人选择的权利。

亨利·德拉蒙德在他的《世界上最伟大的事情》一书中讲述了一个病重男孩的故事。这个男孩快要死了，他的父母非常伤心，但医生确实已经束手无策了。有一天，一个上了年纪的、笃信宗教的人走进这家，他发现这里的每个人都显得非常沮丧。他问这些人为什么都是一副无精打采、闷闷不乐的样子。他们说他们的儿子已经病得快死了。这位虔诚的老人便走进卧室，将手放在小孩的头上，说："我的孩子，上帝爱你，你难道不知道吗？"说完，他走出了卧室，离开了这家人。他走后没多久，那个病得快死的男孩突然从床上跳了起来，在整幢房子里跑来跑去，喊着："上帝爱我……上帝爱我！"他不再是一个病孩子，而是变得健康活泼了。

这个事例向人们展示了当一个人选择相信上帝爱他的时候所产生的积极作用。毫无疑问，这个小男孩曾经做过一些错事……当然不是应该用死亡来惩罚的事情……但是很显然他以为上帝在惩罚他。然而，一旦他意识到上帝爱他的话，他的病就好了。这个男孩就是运用了选择的力量，从而将自己从鬼门关拉了回来，也使家人不再悲伤和痛心。

许多人都有这样一种习惯，他们经常告诉孩子，如果你们做错了什么事，上帝就会惩罚你们。因此孩子的心里充满恐惧，对上帝的恐惧。他选择了害怕上帝。这个孩子成年后，他仍然怀着这种恐惧。然后，又对他的孩子讲述同样的话，将这种恐惧感延续。于是，就这样，随着时光的流逝，那些没有能够意识到可以改变他们生活的选择的力量的父母们，将这种恐惧永久流传。如果告诉孩子上帝会惩罚他可以使他不做坏事的话，那倒也说得过去……但是，看看四周，这种把戏并没有奏效。另一方面，如果我们能够意识到做错事将会有惩罚伴随，那么我们就会选择去做正确的事情。这样我们就会明白，不是上帝要惩罚我们，而是我们自己错误的选择将惩罚一并带来了。如果我们一开始就做出正确的选择，是不会出什么错的。

我们要意识到，在这个世界上除了我们自身外没有任何东西能伤害到我们。上帝不会伤害我们，上帝爱我们。那么，真正伤害到我们的东西是什么呢？就是错误的选择。

如果我们选择吃得太多并因此生病的话，该怪谁呢？如果我们选择将车开得太快以

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

至于失控的话，该怪谁呢？如果我们选择使自己性格龌龊，令人讨厌，该怪谁呢？如果我们选择把钱带进棺材，成为“坟墓中最富有的人”，却使自己无钱治病，该怪谁呢？如果我们没有学会怎样生活，我们该怪谁呢？怪上帝？我们不能怪任何人。上帝不会伤害任何人。如果我们不正确运用上帝赋予我们的选择的力量，那么受到伤害的就是我们自己。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章 习惯形成性格，性格决定命运

人生最大的问题莫过于性格。各种性格似乎总是在不断地发生冲突。我们一生中许多的困难和麻烦都是来自性格问题，因而人们不能和睦相处。家庭破裂、友谊中断，就业困难，往往是因为性格的冲突。有些战争的爆发也是因某些问题上的看法不一致所致。

在性格问题上，人类所拥有的最伟大的力量——选择的力量也起着非常重要的作用。你可以选择对人友好，也可以选择对人不友好；你可以选择帮助别人，也可以拒绝给人帮助；你可以选择与人合作，也可以选择独立承担；你可以选择激动行事，也可以选择保持平静；你可以选择大发脾气，也可以选择忽视那些令人不快的事情；你可以选择成为人见人爱的人，也可以选择做条“苦瓜”；你可以选择微笑，也可以选择拉长了脸走来走去；你可以选择信任别人，也可以选择不相信你遇到的每个人；你可以选择相信每个人都喜欢你，也可以选择相信“每个人都和你作对”；你可以选择做一个衣着得体的人，也可以选择做一个随便邋遢的人；你可以选择做一个有所抱负的人，也可以选择做一个好吃懒做的人。我们每个人都在做出自己的选择，选择的好坏往往会决定他一生的好坏。

以下就是一个很好的例子。

本杰明·富兰克林曾经很容易与人发生争执，好朋友都相继离他而去。临近新年的某一天，大家都在制订新年计划。富兰克林坐下来，开出了一张清单，清单上写着他让人讨厌的所有性格特点。他把这些一一列出来，并进行排序，把最有害的性格特点放在清单的第一位，然后依次排下来，害处最小的排在最后。他下定决心改掉这些不好的性格特点。每次他发现自己已经成功改掉一个坏毛病的时候，他就把这个毛病从清单上划掉，直到清单上所有的坏毛病都划完为止。最后，他成了全美国人格最为完美的人。每个人都尊敬他，崇拜他。当殖民地需要法国的帮助时，他们将富兰克林派到法国去。法国人非常喜欢富兰克林，以至于他要什么他们就给什么。今天几乎在所有关于性格塑造的书中都会有富兰克林的名字，他被当做最杰出的例子来引用。

试想一下，如果富兰克林选择终其一生不对自己的性格进行任何改造，而是和今天不计其数的人正在做的一样——父母给了什么样的性格就用什么样的性格处事；如果富兰克林继续以那种争辩的方式与人交往……那么，他绝不可能成功地说服法国人来帮助殖民地，也许整部美国历史都将改写。人的性格对于一个国家和民族来说都是非常重要的。但是，仍然有不少人很困惑：“我能怎么样呢？我该做些什么呢？”一年又一年过去了，你本来可以做些什么？你自己都搞不清楚。林肯说：“我要让自己准备好。总有一天我的机会会出现。”机会确实出现了。他选择了相信准备。至少我们要让那些生活在我们周围的人觉得生活是充满乐趣的，是合乎情理的，至少我们不会给周围的人带来

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

麻烦。

有许多家庭就是因为一个性格有问题的成员，把家里所有人的生活搞得痛苦不堪。如果这个人能选择上帝赋予人类最伟大的力量——选择的力量，那么他就可以和家人过得快乐美满。

不少人都遇到过失去自己所爱的人的问题。有许多人在失去父母、兄弟、亲朋好友之后痛不欲生，了无生趣。他们会产生这样的疑问："现在活着又为了什么呢?"世界各地有成千上万的人"行尸走肉"般地活着，他们就这样平静地走过人生的大街小巷。他们没意识到自己拥有一种伟大的力量——选择的力量，于是他们就会按照以前的方式生活。可见，选择过去的生活方式会使自己成为周围人的负担。我们不能责怪这些人，因为打击来得太突然，毫无预兆，又损失巨大，以致他们无法理智地进行分析，这也是情有可原的。有时，我们很难搞清楚为什么会发生这样的事情。无论我们能不能分析出来龙去脉，都要使自己的生活首先恢复平静。

当我们所深爱的人去世后，我们该怎么做呢？继续以一种人们所希望的方式生活。不管他们身在何方，都让他们为我们感到骄傲。当然，我们不能控制周围的环境，但我们能掌握自己选择的权利。通过正确的选择，让我们的生活充满乐趣和意义，这不仅是为了我们自己，也是为了我们周围的人。

当我们面临生活中的种种困难时，总是认为这种困难难以克服。我们四下观望，想知道自己生活得是否值得。有的人还会有一些极端的想法，以至质疑世界的变化不是往好的方向发展。一旦我们选择相信世界变得更美好，世界就会马上开始变得美好起来。不要总等着别人去改造世界。别等着你的邻居进行自我改造……而应该从你开始。如果我们每个人都选择改造自己，那么我们就可以改变自己的小世界。我们每个人都生活在一个属于自己的小世界中，这个小世界对于每个人来说是最重要的，也是我们可以对其进行改造的世界。每个人都可能直接或间接地与 5 个或者 105 个人有联系。如果我们给这 5 个或 105 个人留下的是一个令人愉快、乐于助人的印象，我们就可以影响他们了，使他们朝着好的方向发展，而这些人又可以以同样或类似的方式去影响别人，世界将被改造成一个更好的生存空间。这也许并不像你想象的那样艰难，也不需要花那么长的时间。

有一次，在报纸上看到一篇文章，说政府有意把某条街道改造成一条林荫大道。计划制订好了，每个人都等着权力机构发布命令，等着对这条街道进行必要的改造。这将是一条耗资百万美元的大道。但是，由于某些问题的出现，政府官员们发现继续进行该计划是"不可能的"。于是，这个改造林荫大道的计划没有实行。一个住在这条大街的人选择了做些事情来改变它。他想，如果政府官员们不再打算美化整条大街的话，至少他可以美化自己门前的那一段。他这样做了，于是他的门前成了那条大街最引人注目的景色。目睹了他所做的一切后，邻居们也开始美化自己的地盘；每个邻居都这样做，直到整条大街看起来像一条"百万美元大街"为止。谁促成了这件事？实际上就只有他一个人。他选择了带头这么做，每个人就都跟着他这么做了。千万不要说我们不能改变这个世界，你可以通过改变自己的小世界来影响整个大世界，这一点非常重要。你选择认为你可以改变它，后边的人也会有同样的想法，事情就会办成了。你可以选择成为那个

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

带头人，从你的家庭、你的工作、你所在的社区、甚至你的国家做起。

事实上，只要我们愿意按照一些简单的建议去做，任何性格问题都是可以得到解决的。因为各种各样的分歧，很多夫妻的家庭生活并不和谐。因为分歧的形式多种多样，而人们总是忙于工作，没有空余的时间来消除分歧。甚至有些国家会发现，他们之所以卷入战争是因为有些分歧未得到解决。如果上述这些人们愿意运用选择的力量，那么我们会以另一种方式生活着。曾经有一位智者说："如果我们实在无法同意的话……就让我们以一种不让人讨厌的方式不同意。"

假如我们意识到夫妻之间难免会有一些不同的意见，有些分歧完全是可以接受的，因此，两个人的世界将在一夜之间发生改变，婚姻就会变得比以前美满得多。家庭生活会变得有意义得多，这对孩子的影响将是惊人的。相对的，离婚率也会大大下降，而且下降的幅度也将是令人难以置信的。员工之间也往往存在意见分歧，以至于很多人在工作时感到很不愉快。许多人表示喜欢工作内容，喜欢工作环境，对薪水也很满意，但是他们无法和某些人共事。许多人不断地换工作，只是因为和别人意见不一致。如果这些人愿意运用选择的力量，而且以一种不让人讨厌的方式表达自己的不同意见的话，他们就会发现生活快乐得多。当他们投入工作的时候，会心无旁骛；当他们跟人交往的时候，也会表现得自在、轻松得多。他们会觉得肩上卸下了一副重担，因为他们不会再与周围的人发生争执，相反，他们更愿意理解别人，去倾听他们的意见。

我们有许多人经历过一些战争。有的人经历的多一些，有的人经历的少一些。我们发现赢得一场战争和赢得和平根本就不是一回事。如果你仔细思考一下这件事的话，就会发现这很有趣。在战争中被你打败的那个国家，你必须在战后供给它衣食，帮助它重新站立起来，给它金钱上的援助使之经济能够自给自足。这是为什么呢？没有人知道。要开始下一轮冲突？要再创造你曾经竭尽全力想要毁灭的东西？世界上的国家会不会有一天运用选择的力量，把他们自己从巨大的灾难中拯救出来？这当然是我们所希望的。世界上各个国家会不会将在某一天选择以一种不让人讨厌的方式来表达自己的不同意见？这当然也是我们所希望的。做到了这一点，就好比我们可以运用选择的力量，使我们自己的生活变得愉快而有意义一样，世界各国也可以把这个由他们组成的家庭变成一个快乐的大家庭。这是不是听起来过于美妙而显得不真实了？我们天生就具有这种能力，关键在于你做出什么样的选择。

为什么我们会这么自信呢？如果你去听交响乐，或者在电视上看一个大型交响乐团的演奏，你能看到什么？一百多个人同时演奏一支大型的曲子。如果你再仔细观察，你就会发现许多种不同的乐器在演奏过程中发出各自所特有的声音，为整支曲子的演奏贡献一份力量。不同的乐器发出不同的声音，但却没有一点儿不和谐。每个演奏者都是在为整体的良好效果而演奏，没有冲突，所有的一切都显得很和谐。每个演奏者都希望这支曲子能成为他演奏过的所有曲子中最辉煌的一支。每个人都希望从完美的演奏过程中感觉到快乐。当这支大型曲子的演奏快要结束时，每个人都会从心底升起一股自豪感。

如果更仔细地去分析一下这个大型交响乐团的演奏的话，你就会发现每个人都选择了在这个乐团演奏。每个人都选择了用他正在用的乐器演奏。每个人都选择了要与其他人保持一致的节奏。每个人都选择了能做多好就做多好。每个人都选择了跟着指挥棒

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

走，因为在演奏过程中它自始至终起着引导的作用。

我们也是如此，上帝赋予了我们这种选择的力量。上帝是爱我们的。他希望我们和睦相处。的确，人与人之间总有许多不同的特点，不同的习俗，不同的爱好，不同的语言……但是并没有不同到无法共处的地步，只要我们以不令人讨厌的方式表达我们的不同意见。上帝是我们人生的导航者，他就像一位父亲一样。作为我们的父亲，他使我们和平地生活在大家庭里成为可能。他通过赋予我们选择的力量使之成为可能。我们要怎样来利用这种力量，明智地还是愚蠢地。我们有选择的力量。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章 决心为富足而战

在这个世界上，有许多人都在寻找财富。他们总是希望有一天可以不再为钱的问题而发愁。为了达到这个目的，他们制订了各种计划、方案，尝试过诸多方法，力图使自己富有并安定下来，可这一切都未能奏效。结果，他们灰心丧气，认定自己不是那块料，不可能占据这样一个令人羡慕甚至嫉妒的位置。他们曾做过各种尝试，但从来未曾有过改变自己的想法，而这很可能正是会使事情有所改变的途径。

不久前我认识了一个男人，他正面临着各种不同的财政问题。他妻子抱怨说，她害怕去开门，因为可能出现在门口的是债主。这种情形真令人泄气。我给了这家人一本书，认为这本书也许会帮助他们改变考虑问题的方式。这位妻子看了一眼那本书说："我是不会去读那玩意儿的……读那玩意儿没有任何用处。"丈夫说："我想读一读，把书留下吧。"结果，这个男人开始以一种新的方式思考问题，他以一种全新的精神投入到生活中去。一年后，他们搬到一个新的地方，开始了新的生活。

我没有给这个男人一分钱。尽管钱可能会对他有帮助，但这种帮助并不会长久，我们能做的，就是使这个男人走上选择自己的思想去改善自己的经济的道路。如果我们不改变考虑问题的方式，我们就很难去改变我们的经济状况。许多人都没有意识到牙总是由里向外长的。所以，我们必须改变自己的内在思想……如果我们改变了内在思想的话，外在的变化就一定会出现。所以，我们一定要选择好金钱和财政的思想。

如果能够正确看待这种巨大的选择的力量，那么你肯定能改变自己的金融和财政状况。但许多人都没能正确运用这种巨大的力量，而这正好使他们成了自己极力想躲避的那种东西的奴隶。

有一个年轻人失业了很长一段时间，生活极为艰难。最后他终于找到了一份工作，但这是一份丝毫不值得骄傲的工作。这个年轻人已有了妻儿，却总厚着脸皮说："我不想发财。"每天他都试图省下几便士存起来，留作儿子长大读大学的经费。这个年轻人看似明智，他选择了存一点儿钱留作孩子将来的教育基金。他从不去繁华的市区看电影而是去街道看放映的露天电影，因为这样可以省下两角五分钱；他拒绝去环境稍好一些的饭店，因为那里花的钱要多；他去看正统戏剧的时候，买的不是剧场正厅的前排座号，而是楼厅上的位置，因为票价相对便宜得多；当他买车的时候，选择的也是最省钱的那种；假期的时候，他往往宅在家里，因为出门总是多多少少要花钱。可这个人依然厚着脸皮说："我不想发财。"

许多人长期陷在贫困中，这一点都不出奇。但并不是别人让他陷入这种贫困的境地，而是他们选择了继续在贫困中生活。他们没能认识到选择的力量。没有人因为生活节俭而受到责备。许多人不得不节省着过，否则他们根本就过不下去。这些人本可以利

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

用这种选择的力量。他们本可以从一开始就憧憬生活中那些美好的东西。

不过，生活中还是经常听到有人抱怨说："我很想要那件东西，但是我买不起。"这是实话，但是别总是这么说。只要你继续说"我买不起"，这句话便将伴着你度过一生。选择一种更积极的思想，比方说："我要买下它，我要得到它。"当你逐渐建立起了期待的想法。你就建立起了希望。你建立起了希望，就永远不要毁掉自己的希望。如果你将自己的希望毁掉，生活也将陷入失望和失意。

有个年轻人说："总有一天，我要去欧洲。"当时在座的一个朋友笑了起来，说道："看看是谁在说大话?"当时，这个年轻人没说："我想去欧洲，但我觉得永远都支付不起这笔费用。"他怀有希望，这种希望给了他动力，这种动力促使他去做一些事情，使他去欧洲的梦想成为一种可能。当你说"我买不起"的时候，一切事情都停止不前。没有希望……头脑变得呆滞……动力没了……然后我们选择相信什么都不会发生。但是，有一种巨大的力量——这种选择的力量能带给你希望，带给你无限的动力，还将给你带来行动的勇气，它能够使你实现自己的理想和目标。

爱伦在他的《思考的人》一书中说："思想就是物质。"我们把它改为"思想变为物质"。在电话机还没有诞生之前，它是贝尔头脑中的一种想法。收割机在真正变成收割机之前，也是麦克头脑中的一种想法。电灯泡在真正成为电灯泡之前是爱迪生头脑中的一种想法。J. D. 洛克菲勒在口袋里没有一分钱的时候说："有一天我要变成一个百万富翁。"而他后来确实成了百万富翁。因此，你要意识到生活中得到的东西在成为物质之前，首先它会是你大脑中的一些思想。我们的财政状况首先是一种想法，然后才是一种现实。如果我们想改变自己的财政状况的话，就必须先改变我们的想法。如果我们选择改变自己的内在想法的话，我们的外在状况就一定会发生变化。这是一条法则。当你选择了"我买不起"，你永远也不会得到它；当你以"我是个快乐的穷光蛋"的想法安然自居的时候，你就堵住了自己通往利益与价值的路。选择自己的想法，你可以做到；改变自己的想法，你也可以做到。如果必要的话，在一开始就充分运用你的想象力，你永远都不会为此而感到后悔。你从前认为绝不可能的事情重新地摆在你的面前，你从前认为绝不可能的变化现在出现在你的生活中，可见，你已经获得了一次重生的机会。

这种巨大的选择力量，如果能够运用得当，就能使一个人过上他所向往的生活。这的确令人诧异。有一位年轻人曾经有过一段不可思议的经历，他发现每当他存钱存到 70 美元的时候，总会发生点什么事情。他会发生车祸……某些意料之外的困难会突然出现……他简直不敢再去存 70 美元。如果这个年轻人继续这种思维，而不重新运用选择的力量，用另一种方式思考问题，他的一生将逃脱不了这样可怕的难题。

有一个年轻人无论做什么事都完成得很出色，不过，无论他做得再好，却仍然没有赚到一分钱。人们对此都很困惑。他性格好，讨人喜欢，又有抱负，但在金钱方面，他却一年又一年地徒劳着。最后，这个年轻人向人请教问题所在。他不断对人表白："除了赚钱，什么事我都能干好。"一旦他开始意识到问题所在，知道自己对想法的选择有点糟糕的时候，事情就开始发生变化了。他不再说："除了赚钱我什么事情都能干好。"而是开始说："我什么事都能干好，包括赚钱。"几年过去了，他的财政开始有了新的变

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

化。赚钱能力日益凸显，人们都说他是一个富翁。这个人本来可能一生都赚不到一点钱，但当他认识到自己的选择是一种错误的选择并且积极地改正时，他的财政状况就已经开始有了新的变化，不断地向前发展。可见，选择的力量能够为你带来一笔可观的财富。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章　没有谁能阻挡我们追求幸福

当我们意识到自己拥有选择的力量时，就会发现自己过得比以前快乐。许多人都在有过一点点幸福的感觉之后，就紧抓着这点儿幸福不放手。但也有些人一发现自己有快乐、幸福的感觉后，总觉得是不是什么地方出了毛病，并怀疑这种感觉能否持久。百老汇曾上演过这样一出戏：戏中的女主角刚度完蜜月归来，她觉得自己太幸福了，甚至“想死”。这多么令人难以想象。有的人追求幸福，当幸福降临后，“她想死”。这样滥用选择的力量是多么可怕啊！我们眼中所见的幸福那么少，还有什么好奇怪的吗？拥有幸福的人不是单纯的快乐，而是感到一种无法把握住幸福的强烈恐惧，生怕在获得幸福的刹那间就会失去它。

不久前，有个人和我讲过这样一个故事。他说：“我曾和一位年轻姑娘谈恋爱。我们彼此颇有好感，决定订婚。订婚时我们觉得非常幸福，于是我们决定将这种幸福推上顶峰。我们结婚了。我们商量着买下了一幢虽小但很舒适的公寓。确实，许多朋友都嫉妒我们的家，嫉妒我们的幸福生活。我妻子出去工作，我也出去工作。我们有一辆车，在银行里存了一点钱，我们的生活如在天堂般美好。但我和朋友们聊天时，他们总是认为我们的幸福不会长久。”他们会对我说：“看看琼斯两口子，刚刚结婚的那几个月他们多幸福呀！再看看现在，整天都有理不清的麻烦和烦恼；看看史密斯一家，他们刚结婚时也是要多甜蜜有多甜蜜，但你看看他们现在的生活，每天都是吵吵闹闹！”这样的话我听得太多了，以至于我觉得他们的生活是正常的，而我和我太太过的却是一种不正常的生活。我们这种人间天堂般的婚姻生活就像一只气球一样，随时都有可能爆炸。我每次和一个持“这种生活太美好了所以不能持久”的人聊过后，回到家我总是会问我的妻子：“亲爱的，我们的生活是不是太美好了？这种日子大概长不了。我们简直就像生活在天堂里一样。这样的生活不太可能继续下去。”没过多久，便发生了不幸的事情。我和妻子都失去了工作。我们不得不卖掉车子，不得不放弃那幢漂亮的小公寓，不得不回家和我母亲一起生活。而最糟糕的是，我们已经有了自己的孩子。“假如每次你刚把形势扭转过来，就会发生一点儿什么事把一切又毁掉的话，”他喊道，“活着还有什么意义呢？”他想自杀。他认为，如果这就是生活，那现在就可以将它结束。

最后，我告诉这个年轻人，如果他懂得运用选择的力量的话，那些不必要的难题就可以避免。我跟他说，那些告诉他婚后的幸福生活不会也不能持久的朋友的话未必要选择相信。我告诉他，有位女士曾在一本书中说过一句很精彩的话，这句话可以使他避免那些困扰。《生活游戏和游戏规则》一书的作者，同时也是《你的话就是你的魔杖》一书的作者弗洛伦斯·斯科沃·辛女士在后一本书中指出，没有任何东西会因为其美好而不长久。我跟他解释说，如果能够运用自己正确选择的力量，那么，任何会毁掉你美好生活的事情都不会发生。如果你运用自己的潜力，选择相信没有任何东西会因为其美好

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

而不会长久的话，生活中的一切对你来说都会变得顺利而且美丽，甚至比你梦想的还要甜蜜。这虽令人难以置信，但却是千真万确的事情。这也就是让事情顺利发展的秘密。但是，当事情一往直前地发展时，你需要不断地提醒自己，事情应该就是如此。星星不会撞上月亮，月亮不会撞上太阳，太阳也不会撞上地球。既然高速运行的星星、月亮和地球彼此都不会发生冲突，为什么我们的生活不能顺利前进，为什么要受到那些许多人都遇到过的冲突因素的影响呢？只要我们能意识到这种选择的力量的真正含义，我们的生活就一定会变得顺利起来，而不会出现摩擦。如果你运用选择的力量，相信你美好的生活会长长久久，你的生活就会发生变化。其变化之大，远远超过你的想象。就好比说："人间天堂就在那儿，而大多数人的问题是没有去利用它。"

无论你在哪里似乎都能听到这样的例子，有些人本来过得挺好，后来遇上麻烦，幸福生活因此变得不幸。有的人事业有成，婚姻幸福，有车有房有存款，像是坐在"世界之巅"。但是他能承受得了这一切吗？不能！他从未见过任何人生活得像他这样顺利。他认为他比别人都强，他开始变得过于自信。由于过分自信往往使其变得非常粗心，这种粗心使他陷入麻烦。现在他完全没有自信了。但却也得不到他所想要得到的一切。以前他不是也很幸福吗？他不是去教堂并按教规生活吗？于是他开始想找点什么东西来责怪。他最终得出一个结论，是一些自身之外的东西使他陷入麻烦。他没做任何会导致这种麻烦的事情，确实没有。但是让我们来分析一下他的情形，看看我们能发现什么。他过去一直过得很好，什么都不缺。但却犯了个小小的错误，他放纵了自己，变得过分自信。他没有为自己的好运感谢上帝，并选择继续那样过下去，而是选择了变得粗心，并且……在自己没有意识到的情况下，有意无意地选择了做一些会使自己重新陷入麻烦的事情。如果一个人过分自信，那么就很容易破坏或毁掉这个人的生活。关于过分自信，人们很少会去说三道四，我们也不易觉察到这一点。我们没有意识到选择的力量，结果，在该细心时往往粗心。因此，我们就会由于过分自信而受到突然袭击。上帝虽然不希望我们做一个缺乏自信的人，但他也不希望我们做一个过分自信的人。许多人都有点儿过分自信，只不过他们并未意识到。如果他们认识不到这一点，他们就很可能被过分自信所击垮，并从此再也站不起来。当遇到困难时，他们不能理智地分析所发生的事情，就容易对生活完全丧失信心，以致一败涂地。

有一次，约翰涨了工资。回到家里兴高采烈地对妻子说："我们出去庆祝一下吧。"于是，他们叫上另一对夫妇到一家夜总会去庆祝。由于大家都很高兴，就多喝了几杯酒。没过多久，约翰夫妇就和另一对夫妇分别发生了性行为。过后，约翰对此事耿耿于怀，他们开始不断地争吵。回到家后整整吵了一夜。虽然事情过去了，约翰还是希望自己从来没有涨过工资。然后，他坐下来开始抱怨。他抱怨说，他的幸福不能长久，他的好运短命。但为什么会这样呢？难道是他自身之外的什么东西给他带来了不幸吗？还是上帝不希望他得到幸福？这一切为什么会发生？答案很简单，约翰的好运使他忘乎所以，他的过分自信导致生活出现意外，而这意外让他陷入了家庭生活的无休无止的争吵。

所以，要学会仔细，而且仔细并不难做到。你很在意会发生什么，这一点你要清楚，生活中就能仔细地处理问题。想问题的时候，也要朝积极的方向去想。多想一些会

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

给你带来帮助而不是伤害的想法。这一点非常重要。善于运用选择的力量，生活才会变成你想要的那个样子。

我们的父母们，祖父母们，祖父母的祖父母们，上几代的长辈给我们灌输了很多诸如我们一定会遇上麻烦，美好的事一定不会太长久的想法。因此，我们这代人继承了太多精神上的束缚，这不利于我们运用选择的力量去改变生活。

选择的力量能够改变我们的生活，能够使我们像故事中的年轻人一样得到自由。当年轻人意识到没有任何他自身之外的东西试图伤害他或者是毁掉他的幸福时，他不再失眠了，他开始活跃起来，并发现一种新的生活出现在他面前。他开始意识到破坏生活的实际上是他自己的失败，他没有能够做出正确的选择。一旦他意识到了这种简单却又强大的力量，他的整个生活就会发生变化。他心如明镜般清楚自己的想法，他的选择将会给他带来什么样的麻烦，这并不是他自身之外的力量或能量所能左右的。

每个国家每个地区都有人会选择相信如果不发生这样的事情，就会发生那样的事情，到处都有人深受这种想法的折磨。一个人工作很扎实……一切都很顺利，没有任何麻烦……除了他自己的想法。于是，他开始胡思乱想了。他想："是的，现在我有工作，但这工作到底能持续多久呢?"没过多久，他就失业了。然后他开始为食品店的欠款发愁，为拖欠的租金发愁。如果小孩一生病，他还得面对一张巨额的医疗账单和其他各种家用开支。而他没了工作，没有收入，他愁得也病了，不得不住院治疗。可医院的账单让他更加难受了。后来，这个人重新找到工作，开始还清他所欠下的债。当情况开始好转起来，他快要付清所有账单的时候，往往又会有另一件意想不到的事情发生。然后，当他有过几次这样的经历后，他就会坚信：如果不发生这样的事情，就一定会发生那样的事情。美好的生活不会长久。

遇到麻烦时，他就会意外地发现，这段时间自己被麻烦牵着鼻子走。他从未清楚地思考，主要是因为从来没有人教他如何理智地去思考问题，而他自己也没有学会如何进行理智地思考。他有自己的"钻石宝地"，但他一直都未发现。在他的脑海里面，一直都有一些不好的想法，而后又会给他带来一些不好的结果。如果他发现了自己最伟大的力量——选择的力量的话，他就会意识到，他的许多麻烦都来自他自己不好的想法。那么，如果他意识到了没有任何东西会因其美好而不能持久的话，他可能就会避开那些麻烦，不会期望麻烦找上自己，而是期望能够长久地过这种顺利的日子。

当我们在生活中遇到麻烦、困难和失意时，想要平静地过日子并不是一件容易的事。然而，如果我们认识那些生活一团糟的人，他们不懂得或不恰当运用选择的力量，我们就能理解为什么他们总是生活得不如意。有那么多的人在一切不尽如人意的时候"用手碰木头"以求避邪，还有什么好奇怪的吗?这种对美好不能长久的担心与恐惧是普遍存在的。如果我们总是不断地提醒自己，没有任何东西会因为其美好而不能持久，不久我们就会开始相信这种想法。当我们中间有足够的人开始相信并且实践这种想法时，我们就会像哥伦布 1492 年发现新大陆一样，一种新的生活就会在我们身边开始。

最伟大的宗教领袖之一，东部某大教派的首脑曾说："如果世界上其他人都不快乐的话，我又怎么可能快乐?"这个问题令人深思。这位领袖是个智者，他看待问题的视角往往独特。然而，如果我们看到没有人活得快乐就得出结论说，生活本来就不是让人

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

快乐的话，那未免有失偏颇。当我们度过一段短暂的快乐时光后，当心情趋于平静，生活趋于平淡，我们往往就会觉得，快乐的时光总是无法长久。但是，为什么不会长久呢？如果那位伟大的宗教领袖不宣扬上述的观点，而是说："看看我，看看我生活得多么快乐。如果你们按照我的教导去做的话，你们也会像我一样快乐。"那么，他的千百万追随者们就会觉得快乐是件很自然的事情。至少，世界上的这一大教派会拥有千百万快乐的教徒。通过这个例子，我们发现，只要一个人能够改变，那么就会有成千上万的人也跟着改变，从而影响千万人的生活。有许许多多的新发明，在问世前也是从来没有人想到的。同样的，在弗洛伦斯·斯科沃·辛站出来说"没有任何东西会因为其美好而不能长久"之前，人们往往觉得幸福不可能长久。因为几乎没有人能证明这一点，这位伟大的宗教领袖有选择的力量。他选择了相信因为世界上其他人都不快乐他也不可能快乐。如果他选择为追随者树立一个生活幸福的榜样，这也没有任何东西能够阻止，一切都掌握自己的手中。

生活难免跌宕起伏，这无论是对个人还是国家都是普遍存在的。对很多人来说，国家经济顺利发展的那段日子还记忆犹新。那时候，很少有人失业。人们买车买房，消费力很高。股票价格很高，房地产价格也很高，似乎每个人都在赚钱。那时候，许多人都觉得好运常伴身边。在短暂的时间内，整个世界仿佛处在亘古以来的辉煌时期。但是，也有许多人开始感到这样的生活如此美好以致于它不可能长久，包括穷人、富人、弱者、强者，从社会最底层到社会最高层。渐渐地，这种想法开始深入到各行各业的人群中，事情也开始起了变化。他们变得谨慎起来，股票开始下跌，银行开始关门，黑暗与绝望弥漫着整个社会。一个昨天还繁荣昌盛的国家顷刻间陷入萧条的低谷。这一切不是个人造成的，所有的人，无论是富人还是穷人，都一致地认为快乐的时光不会长久，所以造成了这样的结果。

那些持美好时光不会长久观点的人，他们也运用了选择的力量，选择相信没有任何东西会因为美好而长久。但也有些人，无论出现什么样的情况，他们总有办法让事情顺利地发展下去。正像有一个人曾经说过的："这的确是一个伟大的国家。"当整个国家似乎陷在一种停滞不前的状态下没有任何发展的时候，汽车出现了。它使每个人都忙碌起来，不断前进。当每个人都被卷入汽车的浪潮中似乎一切都停滞不前的时候，飞机的出现使生产从萧条状态中得到恢复。然后当飞机似乎满足了生产需求的时候，无线电将生产从萧条状态中拯救出来……无线电之后又出现了电视机。这个人同样也运用了选择的力量，并且选择相信没有任何东西因其美好而不能长久。

想象发生美好的事情，就跟想象发生糟糕的事情一样容易。我们必须运用这种力量进行正确的选择，否则，生活往往事与愿违。

在这个世界上，有很多人一无所有，居无其所，衣不蔽体，食不果腹。世界作为一个整体，仍有相当大一部分人处在未受教育的蒙昧状态。据报道，世界上有 2/3 的人至今不用餐具吃饭。即使在美国，也有不少人没有一个像样的住所，住所没有浴室，更严重的是缺少一种过更好生活的愿望。

我们要相信美好的事情随时都会发生，没有什么力量能阻挡我们去追求幸福的生活。那些古老的思维模式应该打破，要相信糟糕的事情不一定会发生。而这，取决于我

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

们怎么运用选择的力量。

现在我们开始认识到，这种选择的力量自人类出现便已拥有。世界是现代发展的产物，它不断向前发展。人们开始逐渐掌握改造自然的力量，也相信通过人工的改造，生活将变得更舒适、完美。而且人类的这种力量是无穷尽的。掌握了自然规律，更艰巨的是掌握我们自己的意识。我们已经走过了石器时代、青铜时代、铁器时代，正在走过机器时代。现在，我们要进入一个新的时代——知性时代。那些经历过时代变迁的人们，其实一直都在运用选择的能力，只是他们并没有意识到这一点。现在我们意识到了这一点，我们就会有一个重大的发现，那就是所有的麻烦和痛苦都是我们自己造成的。

人类不断地为自己创造一种充满安逸享受的机械生活，同时，人类也经常把自己的精神生活复杂化。本来是不需要这样的。既然他已经意识到选择的力量，他就可以选择，像个真正的人一样生活。

我们必须意识到，责备自身之外的东西于事无补，所有的责任还是在自己身上。人做了他所做的一切是因为他选择了这样做。也许我们并不愿意承认这一点，但这却是事实。人们长年累月地从早工作到晚，有时甚至一天工作 12 到 14 个小时，没有或者很少有闲暇的时间。现代工业化发展带来的后果之一，就是人类有了更多的可供自己支配的时间。人们发现几年前还很困难的工作，现在已经被机器生产简单化了。人们现在可以有时间去学学生活的艺术了。于是，人类现在开始真正洞悉了生活的艺术。他必须学会生活的艺术，这样才可以打发空闲时间。只要他有了空闲时间，他就必须学会理智地去利用这些时间。如果不这样做，他的生活就可能陷入无序状态，有时还会招致灾难。而在学习生活的艺术时，人们从中发现，其中最重要的就是学会如何接受自己。当他开始运用他所拥有的选择的力量时，他就能够学会如何接受自己。

善用选择的力量，生活就会变成他向往的样子，甚至不用去依靠他自身之外的任何东西，只要依靠他自身内部的那种伟大的力量，这种上帝赋予他的、使他成为一个真正的人的力量。他将意识到，生活并不依赖于金钱、汽车、房产或所谓的“财富”而存在，生活是建筑在精神力量之上的，而赋予他力量的是一种万能的精神力量，他是其中的一分子，并通过这种力量使他得到自己想要的一切。

人必须意识到在生活中没有任何东西能比生命更重要，所以，我们首先要对自己的生命负责。如果我们认真地对待生命，生活也能变成我们所向往的样子。如果连我们自己都忽视生命，那生活怎会美好。选择怎样的生活方式会更幸福，取决于自己的选择。

这首小诗颇有哲理，与大家共享：

我到这个世界上只有一次。
能做的好事，
现在就做；
能给的帮助，
现在就给——无论是对谁。
让我现在就做吧，
不要拖延，
也不要忽略，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

因为我到这个世界上只有一次！

既然上帝让我们来到这个世界上了，我们在选择生活时就应该自信一点，不要过于羞怯；选择让生活过得平静一些，而不要总是躁动不安；选择拥有静谧而不是混乱的生活节奏；我们应该选择尽量利用生活，既是为自己，也是为我们周围的人，千万不要把生命中美好的时光糟蹋。我们拥有选择的力量，让我们尽自己所能去利用它。当我们自主地去选择最佳方式的时候，我们会发现，万能的精神已经在我们无意识时帮助我们找到了最佳的方式。只有得到了它的帮助，我们才不会屡战屡败，而是一步一步走向成功！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第十一卷·

从失败到成功的销售经验

（美）弗兰克·贝特格 著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

弗兰克·贝特格被誉为国际大师级别的推销员领袖。他在25年的推销生涯中卖出了40000多份人寿保险，平均每天高达5份，成为美国最成功、薪酬最高的推销员之一。当他29岁时就已经拥有了7万美元的固定资产。成功励志大师戴尔·卡耐基称赞他的成功是典型的美国式成功故事。他在全美举办巡回演讲，引起了极大轰动。他的销售技巧和智慧推动了销售界的革命。《从失败到成功的销售经验》就是根据他的演讲所写，不论你从事什么行业，你都可以从中获得走向成功的智慧和力量。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我的推荐理由

——戴尔·卡耐基

我在 1917 年就认识了弗兰克·贝特格（本书的作者）。自幼贫寒的他，从未拿过一份正式的毕业文凭，他仅仅在课堂上学了些基本的知识。而作为一个典型的美国式成功案例，他的人生经历显得极为特殊。

幼小的弗兰克·贝特格失去了父亲，他的母亲却要抚养 5 个年幼的孩子。为了帮助母亲，11 岁的他得在凌晨 4 点半就跑到街上卖报，因为母亲靠替人缝补浆洗得来的报酬太过微薄了。贝特格先生多次对我提起，在那些难忘的日子里，他们享用不到丰盛的晚餐，只能用些便宜的玉米、蘑菇和脱脂奶来告慰一天的辛劳。

而当贝特格辍学时，他仅仅 14 岁，做了一个机械师的助手。在 18 岁这年，他成了一名职业棒球手。在圣路易丝·卡丁内尔斯队打三垒的日子并没有持续多久。在芝加哥，迎战当地出租车队时，他的手臂受了伤，不得不放弃了他的棒球梦想。

回到费城家乡的贝特格，遭遇了一次失败——他的人寿保险推销业绩很糟糕。可在以后的 12 年里他拥有了大笔财产，包括价值 7 万美元的不动产，这些足够让他在 40 岁时就可以安享清闲了。再说说我认识他时的情况——他 29 岁，已经成为全美国最成功的推销员之一，拿着大笔的薪水。美国商会主办了一个训练班，我建议他在那里开办一个系列讲座，让大家从他的经历中学到点经验。训练班的主题被定位成“领导、培训、人际关系和销售”。

弗兰克·贝特格是训练班中当之无愧的演讲人。在 25 年的销售生涯中，他完成了了 40000 份人寿保险的合同（平均每天 5 份）。

他演讲的题目是“一个概念使我的收益和快乐倍增”。我不得不说，这是对“热情”的最好解释，迄今为止，还没有谁能解释得如此有灵性。一个可以扭转境遇的词语，依靠着它，贝特格从失败的边缘攀升为全美国薪酬最高的推销员之一。

诚然，贝特格在第一次演讲时显得有点不太适应，总有些结结巴巴的。可他的睿智总是掩埋不住，当我们从俄勒冈的波特兰到佛罗里达的迈阿密时，他的睿智已经让演讲充满了灵性。鉴于听众们着了魔似的热爱，贝特格似乎该写出一本书。我建议他把演讲的内容汇集起来，让他由推销一个产品，变成推销他的经验、技巧甚至是他的哲学。

现在你所打开的正是这样一本特别的书。也许你推销的是保险或是鞋子、甚至去推销一艘船，也或者是其他新开发的产品，你都会发现，这本书是如何的体贴，如何的实用。

我极力推荐此书。假设一下，我是一个从事推销的“菜鸟”，我情愿从芝加哥步行到纽约去，只是为了能尽快得到这本书。因为从中汲取营养会让你由此走向成熟。

写作的缘由

——弗兰克·贝特格

我和戴尔·卡耐基的相识极为偶然，只是因为我们坐在同一列火车上。他去田纳西的孟菲斯，在那里有一场演讲。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

很幸运，戴尔给了我一个绝好的机会："弗克兰，这是一个由美国商会主办的训练班，你可以去给学员们讲讲销售，我们一起在那儿做场演讲。"

当然，我以为这次直接的邀请仅仅是一次玩笑："戴尔，你知道我的情况，没有拿过一张正式的毕业文凭。你还要我去做什么演讲?"戴尔说："你只是去聊聊你的工作，你是如何摆脱了失败从而走向成功的，你在销售时都做了什么，说说这些就行了。"

戴尔的话让我觉得，也许值得考虑一下，"好吧，这样的话，我可以照做。"

随后就是巡回演讲，时间并不长。我和戴尔面对着全美国的听众，他们都那么热情，以至于我们每周似乎都有 3 天在演讲中度过。

戴尔又给了我一个不错的主意，他问我："弗兰克，你干吗不写本书？做销售工作的人需要一本书，可那些关于销售工作的书却还都是一些外行们写的，你知道的，他们从没有一次去推销过什么产品。你干吗不用你的经历告诉别人，销售是什么，这该是一本崭新的书。你直接地告诉他们，你是怎样把销售做得像现在这么成功；告诉读者你的奋斗经历。这完全不同于讲座，你可以慢慢地去说，让那些读者仔细地听着你的人生经历：一个了不起的推销员。"

我很认真地想过，这种自吹自擂的做法让我接受不了，我拒绝了，"我不想写。"戴尔却又用他的令人信服的话语试图改变一切，他要我相信，我所写的仅仅是讲台上说过的那些东西。戴尔说："在那些城市里，你的讲座总让小伙子们感到着迷，他们都问我'弗兰克·贝特格干吗不把这些写出来?'还记得是在盐湖城，就是那个小伙子问的，他打算投资 40 美元，做第一个购买你书的人。他说，这 40 美元就算做对他人生的一次投资，而他因此所获得的收益将远远大于他的投资。"这样的话他说了整整一个下午。

毫无疑问，我被戴尔劝服了，我很快就开始了人生的另一次尝试——做一个著书立说的人。我希望，经过反思过后的文字，可以告诉你们一些东西。比如说，我在人生旅途所犯下的错误以及那些我刚刚意识到的疏漏，我又是如何艰难地拒绝失败与绝望的诱惑。需要告诉你们，刚刚开始推销时，我们都会有些生疏。就像这里所提到的两点：首先，我们一点都不清楚自己推销的是什么东西，完全像是在打赌，而赌赢的可能性却只有千分之一；其次，千万别指望有谁一开始就会信任我们。

所以，很希望你们能翻翻这本书。也许你会觉得这是一篇讨厌的自吹自擂式的文字，还请原谅我，这确实不是写作本书的意图。我只想告诉人们一些有益的经历，希望对你也有用。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章 激情，将带来奇迹

一个想法使我的收益和快乐倍增

很遗憾，我没能继续我的职业棒球生涯，仅仅在刚开始，我就遭受了沉重的打击。那是在 1907 年的三州联赛，我正在宾夕法尼亚州的约翰斯顿打球。年轻气盛的我正急切地渴望着成功，可是却被莫名其妙地解雇。幸而，我找到了那个决定解雇我的球队老板，我要问个究竟。如果没有这次询问，我以后的生活就不可能像现在这样，而且也不会有这本书的出现了。

我急切地质问着球队老板。他的回答很直接，因为我懒惰，出现在球场上时总是无精打采，像是一个耗尽热情和精力的老球员。他反问我，如果不是因为懒惰，我的表现怎么会那么糟糕。我并不想这么安静地接受裁决，我辩解了，那些仅仅是因为我太过紧张，胆怯得想钻进人群里。我向老板保证，仅仅需要一段时间的努力，我完全可以不再紧张。我被拒绝了，他说："那样毫无帮助，在以后的职业生涯里，会拖你的后腿。"

"弗兰克，离开球队并没有什么可怕的，但无论你去哪儿，都要打起精神，让自己的工作充满生气，饱含热情。"

离开了约翰斯顿队，我丢掉了每月 175 美元的薪金。而我的新岗位——参加大西洋联赛的宾夕法尼亚州切斯特队，只给我提供了 25 美元的月薪。我尽力去做好每件事，尽管这点微薄的薪水实在很难让我拾起热情。在新球队的第三天，队里的老球员丹尼对我说："弗兰克，你干吗跑到这么低级别的联赛里？"我说："我也希望能找到更好的活儿，无论哪儿都愿意去。"

仅仅过了一周，丹尼就劝说康涅狄格州的纽黑文队给了我一个试用的机会。这是一个崭新的机会，在我的人生中，将永远得以铭记。联赛中没人熟悉我，当然我再也不必去负担一个懒惰的昨天。我要做联赛中那个最有激情的球员，这绝不是一句玩笑。

充满了能量，我在球场上成了最有活力的球员，这些改变好像从进入联赛的那一刻起，就已经开始了。我掷球飞快，强劲有力，甚至于几乎可以震掉内场接球同伴的手套。那是一次骄阳和酷热统治的比赛，温度足有 100 度（华氏）。我与对手在较量着机智，他接球失误了，我抓住机会奋力跑向主垒，拿下了关键的一分。害怕中暑就不去努力，肯定不会得到这至关重要的一分。

"激情"带来了奇迹，我至少感觉到了 3 种改变。

第一，我打得很好，完全出乎想象，几乎全部克服了恐惧和紧张。

第二，我用热情感染着其他队员，队员们都成了球场上的"斗牛士"。

第三，在酷热笼罩的球场上，我感觉到了前所未有的畅快。

好事有时也能传播千里，我在第二天早晨的报纸上看到这样的报道："这个新手充

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

满了激情，我们的小伙子们都被点燃了。他们不但赢得了比赛，而且看来比任何时候都好。”这条赫然登载的消息，使我感到非常震惊，我简直成了那个高擎火炬的人了，实际上主导比赛的却是那片壮观的火焰——“激情”。

这家报纸附赠给了我一个小小的礼物——我的新绰号“锐气”，他们更是夸张地任命我为“灵魂”（他们为队里新设的职位）。我很兴奋，以至于慷慨地送出一份礼物，我把报纸剪开寄给那个老板，那个坚决开除我的约翰斯顿的阔佬。我在想象他的表情，看到报纸的时候他该会哭呢？还是摊开双手，无可奈何地笑笑。仅仅3周前，他为自己开除了一个懒惰的球员，可我为这个懒惰的球员赢来了一个崭新的绰号——“锐气”。

当然，我不得不说，我喜欢美元，当月薪从25美元涨到185美元的时候，我异常兴奋。这足足让我的月薪上升700%，只是在10天内。看来这个世界上，真的有一个万能的法师，他就是“激情”。毕竟在炫耀我出众的球技或是某些超强的能力时，我不得不说，在球场上，我长期充当了一个观看别人的“大菜鸟”，因为那时候的我不知道该用热情去驱动比赛。3年内，我从那个让人害怕的“25美元”再到月薪疯长后的纽黑文队，全拜激情所赐。大概“激情”是唯一拯救我的真神。

但不幸又是那么着急地迈开脚步。两年后的芝加哥，在与当地的“出租车”队比赛中，我遭遇了重创。当时我正在飞快跑动，很利索地接住了对方的一个短打球，很棒的表现，所以我信心满满地加足力量，将球掷出时，胳膊上却突然传来了钻心的疼痛，上帝啊！你又弄折了我的胳膊。大概他老人家认为我该换个行头，可我那充满速度的棒球连同那明亮而宽大的场地啊，再也不是我的舞台了。这确实是一场悲剧，当时的我除了诅咒毫无办法。可现在回过头来，上帝的决定是正确的，这完全是送给我人生旅途的珍贵礼物，只是我一时忘了去看看那个盒子里面装的是什么。

离开了棒球场地，我只能回到费城老家。你很难想象，戴着手套和棒球帽的我，现在要衣着整洁，连衣角都要收拾得棱角分明，为的是一份新工作。我当上了一名收款员，跟那些分期付款购买家具的人们打起交道，我得骑着自行车在街上慢慢转悠，只是为了每天能挣上1美元的辛苦钱。沉闷的日子持续着，甚至让我忘记了去清理草坪上疯长的野树莓。两年之后，我决定做点改变，为一家人寿保险公司去游说顾客。我不得不去回忆这段令人沮丧的日子，整整10个月我几乎毫无业绩可言，沉默，漫长，我不知道日子是怎么消磨掉的。也许我根本就不适合推销人寿保险，真的不很擅长跟那些显得挑剔又吝啬的人们打交道。于是我开始翻找招聘广告，从每页报纸的中缝和街头散发的每张招聘单页中，寻找自己适合的岗位。当个船员也不错，我在考虑着下面的行程。可我已经明显感觉到，无论做哪行，我都会恐惧，莫名的又像蔓藤一样蔓延的复杂情绪在左右着我。我需要帮助。于是我去听演讲，戴尔·卡耐基先生的演讲。在现场，轮到我发言时，卡耐基先生却打断了我，说：“等一等，等一等，贝特格先生，你的发言怎么连一丝激情都没有呢，这么干巴巴的语言怎么能勾起大家的兴趣呢？”卡耐基先生的语气带有强烈的鼓动性，他在给我讲解“激情”这个词，等讲到激动的时候，他抄起了一把椅子，狠狠地摔在地上，椅子腿从中间折断了。

真是难忘的一夜，我坐在床上想了整整一个小时，迟迟不能入睡，思绪开始飘浮。我又想到了棒球，那些在约翰斯顿队和纽黑文队度过的日子。我渐渐意识到，麻木和懒

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

惰曾经差点毁了我的棒球生涯，而它们现在开始肆意颠覆我的新生活。我得改变，我决定重新拾起那些帮助过我的“激情”，像在纽黑文队打球时那样，重新开始我的推销员工作。毫无疑问，这晚的沉思成了我人生的又一个转折点。

第二天我打的第一个电话，让我兴奋异常。就如我昨晚暗下的决心，电话交谈时我充满了热情，我用“激情”策划了一场速战速决的战斗。遇到这样的热情轰炸，接电话的人大概感到非常意外。在我激情的劝说下，他丝毫没有打断的意思，其实，我很想让他打断我一次，好去问问我：“到底发生了什么，怎么来了这么一个疯狂的家伙。”可是他没有这么做。

面谈的时候，我仔细地注意着他。他挺直了身子，就这样直直地绷紧全身，睁大眼睛，开始仔细询问起人寿保险来。事情就像密西西比河的流水一样顺畅，他没有打断我的介绍，很自然地接受我的推销，给了我一份非常精彩的合同。爱尔·安蒙斯，费城的谷物商，成了我的一位客户。爱尔先生是我的好朋友，更是我最有力的支持者，我们之间的友谊在这次合作后就已经建立起来了。这是一个精彩的开端，从那以后，我开始了真正的推销。“激情”又替我创造了奇迹，我的新工作也像我的棒球生涯一样精彩了。

希望我没有给大家带来这样一种错觉：激情可以在无意间诞生。当然，你要是开始释放内心的激情时，“激情”似乎又那么轻易地来到你的身边。因为经历了这些，每当我走入困境，祈祷激情的来临时，它就会在突然间附着在我的身体上。12 年的推销经历，让我目睹了许多推销员的成功，他们借着激情不断翻新自己的收入，同样也目睹了更多人的黯然离去，缺少热情的人终归一事无成。

不管怎样，我坚信一点，要想推销成功，激情绝不可少。我知道在保险业有一个权威，他写书告诉人们如何才能推销保险，但他却不能把自己的书推销出去，否则他就可以更体面地生活。看来是哪里出了点问题？其实原因很直接，他缺乏热情。我也认识另一个人，一个对保险业所知甚少的人，可他的推销却干得很棒。仅仅 20 年，他就可以在佛罗里达迈阿密海滨过着他的退休生活，悠闲自在的退休生活。可以想见，他的成功并不在于多么了解保险行业，而是，他有着无与伦比的热情，他的推销当然也带着巴哈马海滩上所特有的火热激情。

激情是上天的恩赐，还是你自己得来的呢？当然是你用臂膀拥抱而来的。就像那位成功人士，完全可以视为榜样。如同太阳的轮转，他的一天总在激情的工作中度过。在他 20 年的工作生涯中，几乎总是和着晨光默诵着一首诗，这早就是他每天生活的一部分了。我惊奇地发现这首诗竟如此令人振奋，我一遍又一遍地抄录在纸片上，毫不过分地说，共有数百次之多。请记住它的作者：赫伯特·卡夫曼，写下了这篇名为《胜利》的精美篇章。

你曾是一个自豪的人，
一天你获得了极大地成功。
你只想表现，
你的所知，
证明自己的能力。
又过了很多年，你又有了什么新思想，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你又成就了什么伟业？
又是十二个月的好时光，
你将如何享用？
机会、胆量，
你是否又将错过？
为什么没有机会？
你缺乏的是冲动。

是的，你丢失了什么，请牢牢记住它，这首值得你每天吟诵的诗，就这样，你可能会意想不到地攫取成功的花环。

我很好奇，去读了沃尔特·克莱斯勒的自传，果然是个很吸引人的家伙。我把书揣在兜里，一连几星期都是这样。我向上帝发誓，我能熟记里面的每个章节，因为我至少把它前前后后地翻了 40 遍。在这里，我向所有渴望成功的推销员推荐它。沃尔特·克莱斯勒在书里告诉了我们成功的秘密是什么，无非是那些所谓的能力、职位和权力等等，但他终于把手里的魔术棒指向了“激情”，还是“激情”。他说：“毫无疑问，热情更应该成为激情，我情愿所有的人们都激动起来，自己激动了，会使客户的激情也被感染，他也激动了。所以我们也就成交了。”

像热带的病毒，它可以迅速染遍我们的心房，“激情”是上帝创造的最好的宝物。你就是传染源，让那个听你谈话的人亢奋起来，尽管你不会花言巧语，没有关系，他已经被你征服了。可是，没有了激情，朋友们，你的推销像什么，老天啊，那就像一只湿漉漉的冰冻火鸡，无趣而丑陋。

激情可以被伪装吗？不，这不是简单的外包装，一旦你获得了它，你的心会燃烧起来。即使是安静地躺在客厅的沙发上，毫无声响，可是，在你的内心里，有了一个又一个的崭新想法……你要做的是完善、不断地完善，让它像花朵一样绽放……终于，你知道的，被点燃的你，还会在乎什么呢？所有的困境都不是问题了。

激情，让你抛去恐惧，它把芬香的桂冠顶在头上带给你，这就是你的，你可以赚更多的钱，去享受更好的人生，健康而富有不就意味着快乐吗？

点燃它，让激情带领你工作，它会告诉你：“哦，伙计，现在就开始了，做你自己的国王吧。”对自己说这一切！我们都能做得到。激情，激情，还是激情！

让生活激动起来，就 30 天，你会惊讶起来的，所有的变化都是你曾经不敢奢望的，你一直苦恼的沉闷生活会被彻底打碎。

使我重返推销的想法

我静静地想起过去，确实很吃惊，没有激动人心的伟大事件，我的人生仅仅因为一些小事就改变了。就如我前面所提及的，那是个连惊雷都无法催醒的噩梦，整整 10 个月，沉闷又近乎绝望，人寿保险，天啊，我都不知道这种东西还能有买家吗。所以我辞了职，又一次从早到晚地寻找新机会。还是去当个自由点的水手吧，那种工作我知道一些，小的时候我在美国散热器公司干过一阵，总跟船员们打交道，天天给箱子钉好钩子再装船运走。再说，就凭我读的那点书，也只好当船员。我很努力地找一份这样的工

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

作，也失败了，很遗憾，今天你们没能听到水手的演讲。

这不是用消沉就能形容的，我甚至有些绝望。也许，我得继续骑着那辆破旧的自行车，再把衣服熨得笔挺，当个只负责收钱的小职员。这个选择还算不错，每周可以挣到18美元，困顿的我太需要一顿实在的晚餐了，得重操旧业。

一大早，我就走进保险公司的那间办公室，那里还有我的私人物品。得收拾一下，一切都是乱糟糟的，钢笔、削笔刀等等零七八落地摊在一边。我得赶快收拾好，越快越好，待上几分钟就足够了。公司总裁沃尔特・拉马・塔尔伯特走了进来，他要在办公室的外间召开一个会议，所有的推销员都参加了，我自然没办法离开。从没想到自己落入了如此尴尬的境地。只能坐在那里听着其他推销员的发言，而他们总是说着一些我做不到的事情。也许又是上帝的安排，听听塔尔伯特先生的发言："先生们，你们的工作就是要面对各种各样的'人'。你的能力并不出色，这没有关系，请记住，诚恳地跟他们打交道，每天5个人，我相信你的工作会越来越好。"原来就是这么简单，是的，深刻的转变只要简单却直接的一句话。

我猛然一震，他似乎看穿了我的一切。我相信塔尔伯特，他为四通公司工作时只有8岁，那家公司的所有部门他都待过，后来几年他又在街头上卖起保险，这是一个深谙销售之道的老家伙。我懂得他的意思。你可以想象，一个在雾霾里待了太久的人，第一眼看见灿烂阳光时的兴奋劲。塔尔伯特先生为我招来了太阳，我又为自己找到了方向，我要按他的话去做。我对着上帝说："看看！弗兰克・贝特格，有两条腿，他会按着你的安排走出去，每天5个人，他们会见识到弗兰克・贝特格的诚意。上帝的安排总是有道理的，为着好日子加把劲！"

这是一年里最后的两个半月，我要为这一年画个完美的句号。我决定给自己留份记录，记下每个电话推销的情况，每天最少要跟4个人面对面谈谈。为了这份记录，我在电话里的交谈越来越有激情，次数也越来越多了。可真正让我觉得繁重的工作倒是每天和那4个人的面谈，天天都是如此，确实是一项很充实的工作。我也意识到，其实我真正认真面对的，也就是那么几个"家伙"。

这确实是个很大很圆的句号，短短的两个半月，我拿到了价值51000美元的人寿保险合同。这可比那前面的10个月多得多。你是知道的，这并不是一个非常出色的业绩，可坚冰破碎，阳光升起的一瞬间，你永远也不会忘记。我再次坚信，塔尔伯特果然是个英明的上司。

这两个半月的时间没有白费，它让我懂得时间是如此珍贵。至于那个毫无效果的电话推销，似乎只是摆设，完全不必要继续了。

有时确实有种被捉弄的感觉，随后的几个月，我又陷入平庸的销售业绩之中，上帝啊，他怎么又让我成了原地踏步的小白鼠。我得停下步子，好好想想清楚。周末的下午，我把自己锁在一间小屋里，在那3个小时里，我不停地追问自己："到底怎么回事？我的'车胎'怎么又爆了？"先生们，对自己逼供确实是个不错的法子，我的思路渐渐地清晰了。不得不承认，我又忘记了带着一颗诚恳的心，去面对那些"家伙们"（我的客户）。

"该如何去见他们呢？"我得想清楚，"我是个能走路的家伙，我可以把薪水堆得高

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

高的，因为我天生不会懒惰。”

马上改变起来，我要继续记录，我要把电话推销的数字再次堆积起来。

随后的一年，我照做了。所以，我可以自豪地站在公司门口，用激情渲染起我这一年的经历。其实，我也是那么做的，在这长长的 12 个月里，我不停地记录，我确实把电话推销的数字堆得很高，当然，所有数字都是精确的，我甚至在计算每天的平均值。来看看吧，我总共打了 1849 个电话，见了 828 个人，拿到 65 份合同。我的回报是 4251.82 美元，每个电话 2.30 美元。这就是成绩。一年前，我还失望地辞了职，差点成了一个自由却贫穷的水手，可现在打一个电话就给我送来 2.30 美元，我甚至都没有跟一些客户见过面。

语言和简单的数字好像都应该忘记了，我只有喜悦。先生们，你们可以想想，你们求婚时突然意识到自己可以成为别人的丈夫时，该有多么地鼓舞人心。

不要着急，我还要告诉你们，只是简单的记录，让我的收益发生了变化，知道吗？从 2.30 美元到 19 美元，这是几何数字的增长。也仅仅是记录这些数字，我的成交率在变化：1/29、1/25、1/20、1/10，最后是 1/3。天啊，你们可能要张大了嘴巴，没错，这些变化仅仅发生在一年内，我只是在不断地记录。

通过记录下来的数字，我对我成交的生意做了仔细地统计分析。第一次见面就成交的生意有 40%；46%的生意是第二次见面时成交的；而在第三次见面以后我只能得到 14%的生意。我突然发现，我们都犯了一个错误，为了那 14%的生意我却花了 50%的时间。我干吗不用所有的时间去抓住那 86%的生意呢，2.30 美元到 4.27 美元，就这样完成了。

天才不会忘记数字的魅力，没有基本的数字记录和分析，你永远不知道车胎是从哪开始漏气的。幸好，我知道该怎么做了，我开始沉迷于数据，不停地记录和分析。这远比翻那些时尚杂志有趣得多。格雷・W. 哈姆林，他是世界上最有名气的推销员，曾经对我提起过，他失败了 3 次，才想起去寻找那些神奇的数据。

“伙计，拿起你的棒子，不然怎么击中球。”打棒球的人都知道这句话，当个推销员也应该知道。在红衣主教队打球时有个队友，史蒂夫・尹文斯，这是个力大无比的家伙。可说实在话，他击球的本事有时还不如小孩子。不可思议，他总是在“等待”，这个坏毛病让其他队友们很头疼，你总要催促他两次，他才会挥击手里的球棒。我清楚地记得，在圣・路易斯的那场比赛，各垒的队友都在急切地渴望拿下比赛。对方投出两个坏球。轮到史蒂夫了，只需要一个球，从史蒂夫手里击出一个球，我们就可赢得这场重要的比赛。史蒂夫在挑选球棒，一根使着最顺手的球棒，然后走到击球区内，站好。同伴们齐声高喊：“加油啊史蒂夫！干它一棒！”对方投出了一个平稳的好球，好机会。可史蒂夫紧握着球棒没动。同样们又喊：“打啊，打中这一个。”可史蒂夫还是没动。不知道是怎么了，全场只有他站得那么稳当，可队里只有他能使上劲，只要一球就够了！球队的老板在场外着急了起来，“该死的，见鬼，你还在等什么！”几乎是吼了出来，他太着急了。

你得努力去工作了，要知道，推销可能是世界上最容易干的活了。可是，当你一入行就这么想，先生们，它会变成世界上最头疼的职业。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你们都知道，当好医生不那么容易，他要仔细地寻找病因，头痛医头脚痛医脚可不行。我有切身体会，好的推销员总在诊断自己的工作情况。推销不成功就拿不到佣金，再往前一点，你不制订计划就自然不可能推销成功，而要制订计划你就必须跟顾客面对面，关键就是，你要成功地跟顾客会个面，你需要预约成功。一切都紧扣在链条中，起点就是成功预约。

战胜最强大的敌人

干了一年的推销员，我还是拿着很少的报酬，我只能找份兼职，做了斯古斯摩学院棒球队的教练。

意想不到的是，因为这项兼职，我接到了一份请柬，宾夕法尼亚州切斯特里基督教青年会寄给我的。这是一次他们主办的演讲，名字很特别——“干净的语言、干净的电话、干净的运动”，可能是当了教练更了解赛场的缘故，我被邀请了。我知道这是一次很有意义的演讲，所以无法推辞。可是我害怕了。对于一些害羞的先生们而言，在黑压压的人群面前露脸可能并不好受，我们的勇气仅限于躲藏在人群中，做个旁听者，碰到陌生人还会感到脸红。懦弱的性格让我很吃亏，起码生意场上，我会损失很多收入，更谈不上成功了。

第二天，我赶到费城的基督教青年会，想报名练习一下演讲技能。我得找人教教我，怎么样才能控制我的紧张情绪，别在大庭广众下丢脸。感谢教育主管，他答应了我，“你来得正好，跟我来。”穿过长廊，他带我走进一间房子，里面坐满了人。刚刚有人做完演讲，别人正在评论他的表现。我们在后排找了座位坐下，教育主管小声告诉我：“这个训练班专门练习公众场合下的演讲技巧。”很凑巧，刚才来报名时，我纯粹抱着试试看的心理，以前我可从没有见识过这种训练班。我们交谈的时候，又有人站起来做演讲，这也是一个经常在人前紧张的家伙。即便如此，还敢站起来，我被他的勇气所鼓动。“可千万别比他还糟糕，我要声音洪亮、做一次畅快的讲演。”我开始在心里鼓起劲来。

演讲的点评人走了过来，在别人的介绍下，我们彼此交谈起来。戴尔·卡耐基，这是他的名字。我说的第一句话就是：“我要参加这个培训班。”他的回答让我有些沮丧：“先生，培训班的课程都上了一多半了。”我没有想放弃的念头：“这没什么，我想马上参与进来，就是现在。”卡耐基先生显得很高兴，他握紧了我的手：“我同意。下一个就由你来讲，加油。”天啊，这个可有些意外，我什么准备都没有，突然又被紧张感拉住了身体，我只好在心里提醒自己：我是来干什么的，我来这里可不是学着躲藏。可此时，我连一句“你好”都说不出来。就这样，我参与了后面的活动。每周都有例会，可以提供系统地训练。

这是发生在 30 年前的一幕，因为太过激动，我总把它视为生命中的转折。你们是知道的，人的生命总不能永远没有起伏，那样太平淡了。

再说回那件事，我训练了两个月，轮到真正的演讲了。毫无疑问，我可以轻松地说起那些经历，甚至带上了感情，有时忧郁又突然让别人感受到我那时的兴奋来。我讲那些在棒球队的事情，讲到我遗憾地退出，甚至还讲了球队里的室友米勒·霍金斯了，用

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

他那些有趣的事情感染着观众。整个演讲就这样结束了，差不多进行了一个半小时。我甚至没有感觉到时间流逝带来的疲倦，二三十个听众跑来要和我握手，他们非常受感动，所以要来感谢我。尽管我知道演讲成功了，可我只是在说着我的那些事情，可能很细小，甚至可以忽略，我真没有想到会取得这么好的效果。

演讲取得成功，我自然会感到高兴。最为关键的是，战胜自己后的自信，要远远超过任何赞美。我甚至将其视作为奇迹，要知道我曾经是一个躲在人群里的“局外人”，可现在却有千百人围坐在一起，聆听我的声音。我花了两个月，就可以跟别人一起分享自己的故事，让自己的喜怒哀乐去感动那些从来都不认识的人。我得感谢这两个月的训练，这是一次巨大的改变。即使我不分昼夜去听着别人的演讲，他的言辞再怎么犀利，富有煽动性，这与我又有什么关系呢。我宁愿花上 25 分钟去尝试着发出自己的声音，这就是我的心得。

幸运女神的礼物总是一个接着一个。在切斯特的演讲结束后，演讲的主持，伯顿·威克斯先生，这位德拉威尔县的著名律师竟然要亲自送我，他坚持要把我送上火车。而就在我登车时，他诚恳地表示感谢，邀请我再来到这里，当然不是来听别人演讲。先生们，知道他还说了什么吗？他说：“我和几个同事都在考虑买份保险。”当然，他说得迟了点，火车已经开动了。可是先生们，这么兴奋的话，我可不会在回程中慢慢品味，我可不想放过绝好机会。“一有机会就来”，告诉你，我的回答是：“扯淡，我现在就来，我来抓住机会。”

过了几年，伯顿·威克斯先生又有了新身份，克斯通汽车俱乐部的主席，他开始掌管着世界第二大汽车俱乐部。他还有另外一个身份——我最好的朋友，他对我的生意影响最大。

请记住，自信和勇敢是最珍贵的恩赐，这就是那次演讲训练告诉我的。因为这次至关重要的训练，我开始循着自己的激情把握生活，我畅快地表达自己的想法，无论何人。当然我先要驱逐一个可恶的罪犯——胆怯，其实它就是我自己，很长一段时间，我总是不敢去面对。

先生们，我可不是来做辅导班的代言人，你完全可以自己尝试，本·富兰克林早就教给我们诀窍了。自己去结识一帮人，组织起小团体，找一个你们都喜欢的地方去训练，不论在哪里，草坪、酒吧或者是你家的车库里。只要你们坚持每周碰碰面，记着大家轮流去主持，不要有一个局外人，这才是真正的相互交流。这样的尝试早在 200 年前就开始了，我们家乡现在还组织着一个。同样参加了那个训练班，已经去实践新理念的学员进步更大，因为训练本身就是为了要改善我们的生活状态。在训练期间，我曾负责指导一所周末学校里 8 个可爱的孩子。可能因为我践行着自己刚刚得来的启发，我的指导很有效，又成了这所学校的督导，一连干了 5 年。不能总在课堂上高喊改变，回到家里又变成一个安静的听众，记得这是人生的改变，全面的提升，这才是我学来的经验。

所有成功的人永远充满着激情，你可以叫他们“春天”，像泉水一样喷涌着勇气，散发着热情，他们都是自信的人。唯有这样，他们才能把自己的感受告诉别人，而那些听众又如此心悦诚服地聆听。

我们都知道，去扼住胆怯喉咙的最好办法，就是大胆地说话，在人多的地方说。确

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

实如此，自从我感觉到在人群中讲话如鱼得水时，我更愿意与人私下交谈了，克服了羞怯，我总能与别人推心置腹，这种感觉非常美妙。一次勇敢的尝试，我触到了生命的极限，就像潜水爱好者经常描述的那样，当你的四周开始安静，呼吸急促时，你会突然发现炫目的光芒已经在头顶绽开。突破自己，会看到精彩的世界，当然，我的职业生涯也向我展开了美妙的图景，我可以做一个非常出色的推销员。

自我组织

我持续地进行这项工作（还在记录那些推销数据），继续改变着我。这次，我该收获些什么呢？我发现生活再次陷入混乱之中，一年中打上 2000 多个电话，平均每周我要记录下 40 个各种各样的角色，我开始胡乱地分派着时间，甚至可以说，我的大脑也开始有些紊乱。毫无疑问，我缺乏某种训练有素的能力，我需要训练自我组织能力。幸好，还没有彻底混乱，我意识到发生的一切都不应该归咎于工作，我只是应该想想，该怎么让自己的生活变得正常起来。糟糕的是，我想了很多办法，生活却像爆裂的枕头一样，依旧到处散落着细小又烦心的碎屑。

我干脆把更多的时间花在工作上，起码这样可以不用太烦心。我开始精心地做计划，在屋子里贴上整齐的卡片，再把所有的电话记录誊写在上面。花些时间，随便什么零碎时间，哪怕端起一杯咖啡发愣的机会，我也可以站在卡片面前，从头琢磨一遍。这可是个好主意，我每在卡片前停留一刻，总能安排下许多精彩的话题，我还可以根据每张卡片的轻重缓急，安排好日程。这张需要我去尽快约谈，那张需要我寄出一张诚恳的问候信，这几张该在周一去办，那些不用太着急，周五再联系他们。我在卡片前可以待上四五个小时，当然都包括了那些零碎时间，其实想想，我似乎没有额外占用自己的休息时间。

整理好一切，我开始见识到令人兴奋的效率来。星期一的早晨，我开始实施那些精心策划的约谈，用激情和自信搞定他们。想想以前，我似乎是一条失魂落魄的小狗，总在电话里急切地向那些客户求救。我应该用灵敏的嗅觉去揣测他们的想法，尽快给他们想要的建议，对双方而言，这些建议都是那么完美。所以，我开始变得急切，没有一周初始的疲惫，更没有早晨总是谈不成生意的沮丧，我只是见到他们，拿下合同。你要知道，这才是工作开端需要的心境，后面只会越来越顺利。

这样干了好几年，我也在不断地改进。我给自己定下规矩，星期五的早晨用来“整理自己”，我总喜欢把这些好习惯固定下来。所以我可以专心享受可爱的周末，遛遛我的小猎犬，亲手剪剪草坪，再给花坛施上肥料，生活本该如此。当然，先生们，你得花上足够的时间来安排工作，精彩的计划会让一切都变得润滑起来。我们用紧凑的四天半，去取代那混乱的 5 天，一周的工作就变得清澈了。想享受周末的阳光，而不是去烦心那些打不完的工作电话吗？照我的话做。

大企业家亨利·杜哈蒂有句名言：“我愿意花钱让别人做任何工作，除了思考和安排工作。”耽于思考，不知道工作的轻重缓急，这是平常人的痼疾。想要成功，我必须得克服它。我给你们的答案可能很简单，但够明确：花上足够的时间，去思考，去策划。你得为自己设计出一份合适的工作计划表，精确地表明时间。在这篇文章里，我附

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

上了自己的时间表，你们可以对照它去做好你的计划。要知道，这样的表格得来不易，对我来说，我要去精心整理每份记录，再综合起来，尽量让一切清晰起来。请不要忘记我的墙上贴满了那些“推销记录卡”，每个月都可以清晰地标识出来。我想，有这样一个扎实的榜样，会让你相信——零碎的时间完全可以被整理出来。如果你这样告诉自己：“不，生活不能这样填埋在表格里，我是个自由的人，我可不想把快乐扼杀在无趣的表格数字里。我可不想当个死板的统计员！”你就误解了我的用意，听听我给你准备的一个小故事，这可是真事。

几年前，爱德华刚从学校毕业，作为名牌学校的一员，他雄心勃勃，一心要做个金领推销员。年轻人的干劲并没有帮助到他，当然更不要计较所谓的名校声誉，他几乎陷入了绝望，持续两年的可怜业绩已经伤害了他。“贝特格先生，我还要干下去吗？我适合做推销吗？”我并不怀疑他的能力：“爱德华，你完全适合，不要怀疑自己。”他似乎不相信任何安慰了，其实我并不是在安慰他。他的脸色开始阴沉，大概觉着我是个言不由衷的家伙。我没有中断我们的对话：“谁都可以干好这份活，可小伙子，我们也总是在拖累自己，我们在限制自己的能力。”爱德华依旧疑虑重重：“我搞不懂，我已经很卖力地干活了，天天忙碌，甚至我都没时间打理自己。”哦，他是个迟缓的人，我知道他总是在跟时间散步。我向他推荐了一个训练班——“6点钟俱乐部”。这个名称很别致，他很好奇：“6点钟俱乐部是干什么的？”“记得富兰克林的名言吗，‘许多人生活在古老的城堡里，他们看不见明亮的太阳，他们也从没有尝试着走出那座古堡。’知道是什么意思吗？很多人没有成功，是因为他们迟缓，甚至懒惰。你想做这样的人吗？把你的闹钟拨快一个小时或者半个小时，你就可以多出时间去读书。当然了，如果是我，我一定会早睡一会儿。”

爱德华真买了个闹钟，他要参加“6点钟俱乐部”。我把所有的办法都交给他，就像前面所提到的，他在星期六“整理自己”。这是个好兆头，有时间去思考，总错不了。跟上这样的节奏，他不会花宝贵的时间去怀疑自己，有了充足的精力，他会成功的。几年后他已经开始掌管东部的一家大公司了。

会晤IBM公司的一名负责人时，我想听听他对这种工作计划表的意见。他说：“我们只培养优秀的雇员，这里的推销员都配备最好的‘装备’——每周的工作计划表。里面会列举出所有要做的工作，这会清楚地告诉他们得见哪些人。我们拿着计划表的副本，帮助他们完善工作计划。”我问：“这种做法确实很不错，不过你们在29个国家都设有分部，可以保证都能得到有效执行吗？”“当然没问题。”我又问：“那么假设，你们碰到一个拒不执行的推销员，该怎么做呢？”他的回答很坚定：“那他得走人，我们不会让这样的事情发生，因为这样的人成不了优秀的雇员。”

成功的人士总会严格掌控着时间，起码我见过的是这样。这是芬伦斯·杜林先生（费城联邦人保公司负责人）的经历。他想约见西部分公司的经理，就给宾州分公司的经理迪克打了电话。原打算在下周二会面，可迪克却说下周五前没有时间，虽然他也急切希望举行会晤。第二个星期五，芬伦斯与迪克共进午餐。他们在饭桌上轻声交谈着，“迪克，这一周你都在公司吗？”芬伦斯先生需要了解详细情况。“是啊，一直在公司。”芬伦斯先生希望了解更多点：“这么说周二你也没离开。”迪克笑着说他在，芬伦斯先生

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

甚至觉得有些恼火，他一周的行程本来都安排得很妥当，可为了这一次会晤，他就像洲际航班一样来回折腾。“迪克，我又一次从康涅狄格赶来，今天晚上还得再赶回去，从那儿我还得再去底特律，全都是为了跟你吃这顿饭。”迪克知道得解释一番：“芬伦斯先生，接到你电话之前，我已经安排好了这一周的工作，这是周五的必修课，我花了 5 个小时把工作安排得满满当当。按照计划，这周二我得干一摞子事情，没有一点空闲，如果按你的安排，我就得重新打乱工作计划了。哈哈，老朋友多跑一趟，总好过我再安排 5 个小时去做计划吧，何况你的航班也许会有变化呢。请不要误会，既然做了安排，就是公司的总裁来了，我也是一样的态度。得感谢那些周密的计划，我才取得成功。随便打乱我的周五课程，可不怎么明智。”

芬伦斯·杜林先生说完了这些，并没有生气，他的原话是这样的：“很震惊，但并不生气。因为我一直在考虑这些经理的表现，难怪迪克可以这么成功。”芬伦斯先生确实很震惊，据他说，坐了一路的火车，他全然感觉不到疲惫，反而被激情感染，有了焕然一新的兴奋。回到公司，他决定，该把迪克的事说给那些小伙子们听听，让全公司的推销员震惊一下。

1926 年的夏天，我认识了玛丽·罗伯茨女士，她可是全美国最能挣钱的作家之一，写了整整 50 多部小说。我们成了邻居，当然可以有机会去说说话。我非常佩服她的成就，很想知道她是怎么成功的。你们也都想听听她的回答：“我没有大把的时间，可我从来都相信自己，我会写出好东西。我有个非常棒的家庭需要照料，我要当好妈妈，因为我那 3 个孩子总那么调皮；我要当好妻子，我的丈夫那么深爱着我；请别忘记，我还是个好女儿，我可不想让美丽的母亲感到孤单，我要多陪陪她。唯一糟糕的是，我们碰到了金融危机，我们都快一贫如洗了，没有礼物，还要偿还贷款，我们只好继续借贷。不过没有关系，我还要写出好东西来，我得多练练笔。为了整理好那些琐碎的事情，我在计划表上排出了每个小时的工作，每周我都这样做。零碎的时间完全可以用起来，我可以忙活完厨房里的活，去写点，也可以在等待孩子们放学的路上写起来，孩子们起床后也有时间，我的丈夫打电话也照样影响不了我。”先生们，我知道你们的疑问。一个弱小的女人，值得这么紧张地跟时间较劲吗？她会累垮的，起码神经紧绷的感觉好像没那么美妙。她的回答是：“不，我没有垮，我的生活反而越来越舒服了，这是一个奇妙的境界。”

我总不能不如一个女士吧，她的话触动了我。我得去改动一下自己的计划表，它们还不够完善，也许可以更明确一些。请看看这个在几小时后诞生的“小宠物”（我的工作总结）：

一是务必“敲诈”自己，让你的双目圆瞪，这样看起来更有精神，强迫自己拿出激情来，不管它藏在多深的地方。用焦热的灵魂充斥你的工作，当然干家务的时候也要快起来，生活的每个角落都需要激情。不要担心激情燃爆或熄灭，后面你会收到成倍的回馈，你会收获前所未有的畅快。

二是想推销保险的小伙子们记住，每天四五个人，用激情感染他们，见到他们就诚恳地去说服。相信一点，被感染的人很容易被说服。当然，你就会拿到合同，这还不够精彩，你会发现后面的路上堆满了礼物。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

三是来参加训练班吧，如果你还是个藏在人群里的旁观者。用大胆的演讲去放逐恐惧，你的勇气将倍增，信心就是你的代名词。记住，当你是人群的中心，用演讲去左右别人的心灵时，你的窃窃私语也能吸引别人的目光。你害怕面对面地交锋吗?

四是生活本就是为了乐趣，干一番事业，让自己去不断攀登，你会永远保有快乐。事业会出点小问题，没关系，好好去思考，学会“整理自我”。整理好自己，你会让一切有序进行，当然，你得多花点时间安排好事情，先分清轻重缓急再说。花上一天时间“整理自己”，磨刀不误砍柴工。我送给先生们一句话，宁愿多花时间去谋划，别在混乱中苦苦挣扎。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 技巧不是生活的本真

最重要的推销秘诀

秋天的早晨，天很暖和。我走进费城的一家大型食品店，想见经理约翰·斯科特先生。他的儿子哈里接待了我："我爸爸非常忙，你预约了吗?""没有，你父亲想要点材料，他给我们公司打过电话，我过来把材料送给他。"哈里说："那你来的可真不是时候，父亲的办公室正坐着3个人，他们一直在谈着事情……"正说着斯科特先生走了出来，"爸爸，有个人想见您。"斯科特先生发现了我："年轻人，是你想见我吗?"转身就把我带进了办公室。"斯科特先生，我叫贝特格。这是您向我们公司索取的材料。里面有您签名的名片。"

"年轻人，这不是我要的材料，我要的是商业文件，你们公司答应给我准备好。"

"很抱歉，斯科特先生，我知道你索要的那几份商业文件，毫不隐讳地说，它们毫无用处，没帮我们公司多卖出一份人寿保险。当然，却给了我机会，我想这是个向您解释人寿保险的绝好机会，不知道您能否给我这个机会。"

"我的办公室里还有3个人正等着，我没有多余的时间，你跟我谈人寿保险是浪费大家的时间。年轻人，我已经63岁，几年前我就不再需要买保险了。你懂吗，我在享用那些买过的保险，我的孩子们已经长大了，他们不需要我的照顾了。只有我的妻子和一个女儿，跟我住在一起，不过，就算我有什么不测，她们的钱也足够生活了，生活得非常舒服。"

"斯科特先生，您的事业非常成功，像您这样的人，肯定不会只关注家庭或事业，您会有更多的兴趣，去投资医院，去资助教会，做些慷慨的慈善事业。可您是否想过，当您过世之后，这些因为您才支撑起来的事业，还能正常运转下去吗?"话说到这时，斯科特先生选择了沉默，我看得出来，他在等着我把话说下去，他已经动心了。

"这是为您精心准备的计划，斯科特先生，无论你是否在世，这项计划都会让你资助的事业持续运转下去。从计划实施的那天起，仅需要7年，你就会收到每月5000美元的回报，直到你过世。您可能不需要这笔钱，当然可以自由支配，可当您需要时呢?请您考虑一下，这笔回报足够支撑起您身后的那些事业了。"斯科特先生看了看手表："如果你能等一会儿，我们可以继续聊一会儿。"过了20分钟，我们的谈话又继续了。

"请问，怎么称呼你。"

"我叫贝特格。"

"贝特格先生，我们刚才谈到慈善事业，确实，我资助了3名尼加拉瓜传教士，每年都给他们提供大笔资金，对于虔诚的基督徒来说，没有什么比这个更重要了。按你刚才的说法，只要我接受了你们的保险计划，等我去世后，那3名传教士还可以继续得到

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

资助，是这么回事吗？还有你说到，如果我现在买了保险，7 年后，就可以按月收到 5000 美元的支票，那我需要花多少钱买保险呢？”具体的钱数确实不小，他知道后有些吃惊。“没必要，我没必要花这么多钱。”我没有直接反驳他，这么做无济于事，反而会促使他放弃。

我开始询问那 3 个传教士的情况，这会勾起他的兴趣。谈起传教士，他兴致勃勃，甚至有些激动。我顺便提到，他们双方是不是会过面，既然没见过，是否还打算去看看呢？他告诉我，有儿子和妻妹在尼加拉瓜，会照应好的，今年秋天他可能会亲自去一趟。你们可以听出来，这些都是很普通的事情，都跟我的保险没有多大的关系。可我还是跟斯科特先生聊着，他又说了许多其他事情，都与那些传教士有关。

是不是觉得，我找到了共同话题，可惜却像野马一样只能漫无目的地奔跑。先生们，耐下性子，听听后面的故事吧。我们兴致很高，到后来我只是诚恳地聆听，直到他叙述完一切，我才开口：“斯科特先生，你去尼加拉瓜，是不是可以带上你儿子，让他的家人都跟着一起去？一同体会您的挚爱，体会家人的温暖。那么您现在做好妥善安排，即使发生什么不测，那些您关心的人还可以得到您的关怀，他们每个月都可以收到支票，再不会让生活陷入窘境。您是不是打算现在就写信告诉那些传教士，让他们知道这个慷慨而温暖的决定？”

当斯科特先生抱怨支出太多时，我就这样跟他说些有趣的事情，最后，斯科特先生买了 6672 美元的保险。

我走出他的办公室，飞速地跑出去，紧紧地抓住那张 6672 美元的支票，我才不舍得塞进冰冷的上衣口袋里。太过于兴奋，我把回程走得那么漫长，等回到办公室，我才意识到，平淡的业绩开始终结，噩梦已经过去，我该庆贺一下。这可是公司有史以来最大的一笔生意，是我卖出去的，鬼知道，两年前我还幻想当名自由的水手。

亢奋填饱了我，我整晚地翻来覆去，不想吃饭，也睡不着觉。这是 1920 年 3 月 3 日，在那一天，我庆贺自己成了整个费城最快乐的人。

几周后，我在波士顿参加销售会议，还被邀请做了一次演讲。演讲刚刚结束，克雷拉·霍思西克先生，这位几乎长我一辈的著名销售员，上前为我祝贺。和这位有着丰富经验的同行交谈，确实受益匪浅，他跟我聊了一些事，其实是想告诉我与人相处的诀窍，在后来的日子里我总是反复揣摩。对于我的那次创举，他也有所耳闻，很想多知道些：“我到现在还在疑惑，你是怎么做到的，你就那么确信可以卖出这样巨额的保险？”

我一时没明白他这句话的涵义。

他在向我解释：“我们都是做这一行的，推销的秘诀是迎合人们的需要，你先要确定他们需要什么，再去帮助他得到自己想要的，你只要替他指出一个适当的方法。而你刚刚见到斯科特先生，你拿不准他需要什么，然后又偶然发现了，接着，你再帮助他得到了那些想要的东西。你们一直在交谈，你不断提出的那些问题，都迎合了他的需要。假如你能一直‘迎合’客户的需求，巧妙地运用这一原则，你的推销会越做越棒。”

在波士顿的这 3 天，我一直在思索霍思西克先生的话。他说的很对，尽管我做到了，可我却一直没弄明白，我是怎么做到的。也就是说，我推销出那笔保险多少带着一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

些偶然性。感谢霍思西克先生，没有他的指点，我不会清楚那笔生意是怎样成交的，那么稀里糊涂地过下去，我可能还会是一个平庸的推销员。想着霍思西克先生的话，我才意识到以往的推销方式竟是如此僵硬。我只是讨价还价，越想多卖出几份保险，越是像遭遇坚冰一样无法前行。一切的症结就在于，我从没有试着转换立场，替他们多想一想。“得为客户考虑”，我又学来了新理念，我真有些等不及，真想尽快去尝试一番。

“得为客户考虑”，请记住这句箴言。我开始有意识地贯彻这一理念，试着继续了解约翰·斯科特先生，我要做成一个经典的营销案例。

这位先生来到美国时刚满 17 岁，家乡爱尔兰没有给他备下什么财产。他在一家小杂货店干活，靠着自己的双手，创办了美国东部最好的副食商场。这是一位钟爱自己事业的人，事业是他生命的全部。在他的心目中，创立一个百年流芳的企业远胜过任何诱惑。我几乎可以肯定，他一直在担心——这个一手创办的事业，在他身后还能否继续发扬光大。

回到费城，我用了整整一个月的时间，为约翰·斯科特先生准备出了一份计划，按照计划，我选择了斯科特先生的“接班人”：他的儿女和 8 名得力员工，作为企业今后的运作保障，他们与企业紧紧相连。在费城创业俱乐部的午餐会上，望着众多“大佬”，约翰·斯科特先生情绪高昂，即席发表了简短而热情的演讲，谈到那一整套保险计划时，他满脸自豪：“我用一个完美的计划延续着生命，先生们，我最为珍贵的企业和我建立的外国传教团——再也没有后顾之忧了。”

这可是个恰当的场合，我收到了丰厚的回报。那些“大佬”们都来找我，给我送来一打厚厚的合同。他们也需要量身定做的人寿保险，附带完善的财产保险。数额巨大，都足以和斯科特先生的那份相比。我用 8 年的辛劳等来了那一天，而当天的收入就足以超越 8 年的收入总和。

又是一个难忘的夜晚，我彻底领教了霍思西克先生的能量，他用一句话改变了我。以前，我只想卖些保险养家糊口，可现在却领悟到推销的真谛：找到人们的需要，帮助他们得到想要的东西。“得为客户考虑”。

我不止一次地描述激情的魔力，以及勇气的可贵，可这时，我却陷入了久久的沉思。还有什么可以比得上霍思西克先生的箴言呢？技巧永远不是生活的本真，我们需要用心体察。

抓住要领

领导层的集中出现，让波士顿的会场平添了几分隆重。他们来自美国各地，相隔遥远，有加利福尼亚的，也有德克萨斯的，还有佛罗里达州的。

我不禁好奇，想问问霍思西克先生，到底是什么吸引了这些业界的重磅人物。他私下里告诉我原委：“这些头面人物可不是来观光的，他们也在学习，这可是业界的大聚会，怎么能随便错过呢。随便获得一个新想法，激发一下长久不变的思路，他们就可以让事业一直保持成功。对所有从业人员而言，大家都在平等地学习，不是这样吗。可别忽略了你的大脑，让它一直保持活力，这比什么样的‘大投资’都有价值。保持灵魂常青的最佳方式就是去汲取新鲜水源。这次大会给你提供了很好的机会，去见见那些大人

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

物，多跟他们私下沟通，听听他们的说法。灵感来临，信心和激情也会到来。”

霍思西克先生的睿智话语，完全打消了我的疑惑。确实该多结识一些像他这样的大人物，结识得越多越好。这些真知灼见，可是金钱换不来的。虽然我曾经因为困惑而错过了很多机会，可当我意识到这些，我可不愿意再白白浪费大好机遇了。霍思西克先生已经让我领教了这个伟大群体的无穷魅力了。

棒球圈里有句行话："看准了再打。"跟霍思西克先生的推销秘诀同出一辙，我也可以在推销东西时精确一击了。

几年后，新一届大会在克利夫里召开。一位与会者在做着演讲，尽管没有记住姓名，可我却被他的精彩讲述吸引住了。这是一段小故事：

一天夜里，伍思特大学的一座主楼烧毁了，年轻的大学校长路易丝·霍尔登要开始筹款重建。他找到卡内基先生。

谈话非常直接，没有多余的寒暄，霍尔登校长说明了来意："卡内基先生，既然事务繁忙，为了不占用您的宝贵时间，我就直入主题了。学校的主楼烧毁了，我需要您的帮助，从您这里募集 10 万美元的新建资金。"卡内基先生回绝了："抱歉，我并没打算捐助这笔资金。"霍尔登校长说："我来找您，因为您向来喜欢帮助年轻人，对不对？作为一名身处困境中的年轻人，我希望得到您的帮助。这两天我四处寻找适合的建筑商，不过看来，我的重建计划可能要泡汤了，缺乏资金支持，我们无能为力。卡内基先生，就像一个喜欢展望未来的年轻商人，在正风生水起的时候，我的工厂却毁了，换做是您，此刻的感觉也会同样痛苦吧？"卡内基先生妥协了："好吧，年轻人，我会帮助你，不过有个前提，如果你在一个月内筹到 10 万美元，我会按这个数目的 100 倍给你。"霍尔登校长说："这样吧，您给我两个月时间，我一定会来找您拿到那些资助。""成交了！"卡内基先生一语掷地。当霍尔顿校长拿起帽子走向门口时，卡内基先生再次提醒他："记住了，只有两个月，我给你 60 天！"霍尔登扭过头很冷静地回答："是的，谢谢您的提醒，我记住了。"

短短的见面只持续了 4 分钟。霍尔登校长知道该做些什么了，他只花了 50 天就筹集到了那 10 万美元。拿着支票找到卡内基先生时，他又接到了另外的 10 万美元支票，卡内基先生笑着说："年轻人，我可不会再跟你谈上几分钟了，要知道，为了说一分钟话我要花上 2500 万美元钞票。"

路易丝·霍尔登"准确地击中了目标"，因为他准确地做出判断，卡内基先生确实很愿意帮助年轻人。

至于这场谈话，其价值要远远超过那 10 万美元的支票，当然，卡内基先生付出的 10 万美元也起到了不小的作用，没有什么比资助教育更令人快乐了。

这件事似乎始终贯穿着霍思西克先生的销售秘诀——找准了人们的需求。看来这一秘诀对销售工作而言极其重要，不论你在兜售什么物品，甚至可以让自己的思想成为畅销商品。

最近我亲历了几件事，似乎也在解释着这条定律。我正在美国西海岸的一个大城市办事，一个名叫布朗的年轻人给我打来电话："贝特格先生，我是布朗，我们正准备办一所学校，培训那些年轻的推销员，下个月开课。今晚，我要主持一个有数百人参加的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

会议，就在您下榻的饭店里举行。先生，我们可花了不少钱去开这个会，真心地邀请您给我们说上几句。不过，除了您之外，我们还邀请了其他几位，所以您的讲话只安排了10分钟。其实我也是个业内老手了，也积累了不少销售经验，否则我怎么能办起一所培训学校呢？最后，还是诚心地邀请您，真希望您能来……”他喋喋不休地说了一遍。

我并不认识这个叫布朗的年轻人，干吗要帮助他？我不是来闲逛的，我要忙前忙后，有一大堆事等着去做，我得做好自己的事，况且我的行程早就准备好，明天就要返程。所以，我很客气地预祝他成功，也请他允许我按时返程。他那些喋喋不休的话语真让我感到不舒服。

没过多一会儿，又有一个叫怀特的青年给我打来电话，还是关于这个训练班的事。他这样跟我说：“贝特格先生，我是乔·怀特，我知道布朗先生已经告诉您那些事情了，也知道您很忙，明天还要赶路，不过您要是能抽点时间和我们待上几分钟，我们将感激不尽。我知道您对青年人一直关心备至，而我们渴望着你的精彩讲话，让他们鼓足勇气，一往无前。您的讲话会给我们的培训班添个好兆头。这次我们邀请的其他演讲人，我都不太熟悉，可我清楚一点，您要比他们出色多了。”

第一个人犯了我曾经犯过的错误，那就是只坚守自己的立场，说自己知道的，提出自己想要的要求。第二个人根本没有提及自己想要什么，可他得到了，他懂得什么叫“准确出击”。既然被他的话感动了，我也没法说个“不”字。

戴尔·卡耐基说过：“说起推销，要想成功，天下只有一种诀窍，那就是你要仔细想想别人需要什么，除了满足别人的需求，你还能找到其他什么好办法呢?”

二次大战前，我在西部做了一个系列演讲。当我提到上述问题时，有些人表示了兴趣，他们想确切了解。比如，在依阿华州，一个中年人发言：“贝特格，您所说的原则，在销售人寿险方面确实有效，可我现在的工作，是给一家全国著名的杂志拉订单，我该如何使用您说的原则呢?”

这位先生已经干了些年头了，可他拉的订单并不太多。我给他提了些建议，但看得出来他的热情并不高。

星期六早晨，我正在饭店的美容室理发，他闯了进来。听着他慌忙地解释，我才知道，他要在我离开之前说点事。他说：“贝特格先生，星期二晚上的谈话，当时我的确没什么兴趣。可后来我在反思，原来我只是向商人们征订杂志，可大多数人却说生意太忙没有时间看，虽然他们也订了。星期三我从客户那得到一打信，信里称我们杂志内容重要、编排有趣，值得花上一个晚上把它看完。要知道，这个客户可是城中最优秀的法官。随后我又列了一个名单，把客户中的杰出人物汇总在一起。现在，拉订单的时候，我就把法官的信和那份名单都拿给他们看，效果当然好了。您看，我可不再是个卖杂志的小角色了，我在销售更有意义的东西，他们需要我。”

短短的几天时间，这样一个怀揣着“宝贝”却又欲售无门的人，变成了一个让人刮目相看的人。自我提升，对自己的工作要有全新的感受。

同一个人在同一个城市里，销售同样的东西，似乎什么都没改变，可他却从一败涂地走向了成功。

前面说过，几年前我成了一所教会学校的督导。当时我认为这个学校要好好地“整

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

理”一下，这可是当务之急，所以我向牧师提出要求，在开课前我用5分钟的时间做个开场白。我心里明白这也是一次“推销”。对我来说这是一次好机会，我能做得更好。我需要学校教师的配合，所以要揣摩好他们的想法。听听我的开场白：

“我需要花几分钟时间和你们一起讨论，你们究竟需要什么。你们中的许多人都有孩子，作为父母，都希望自己的孩子在周末学校遇到其他可爱的玩伴，在那里还能学到知识。我和你们一样，也希望自己的孩子健康地成长，别犯那些我们犯过的错误。既然这样，我们该做些什么呢？

“我们需要一个完善的组织。如你们所知，这里只有9名老师，还包括牧师本人，可我们至少需要25名教师。何况，那仅有的9名教师中已经有人在打退堂鼓。我知道原因，大家都有压力，就如一年前的我。那次执教男生班时我才发现，自己并不熟知《圣经》。虽然大家每次只教25分钟的课，却可以在6个月中，传授给孩子们丰富的知识，他们会深刻地领会《圣经》的神圣之处。假如没有了仅有的25分钟课程，你花再多的时间也未必能掌握这么多。任何人都需要指点。

“夫妻一起备课，这会增加你们的交流机会，婚姻是需要保养的，既然关系可以更亲密，干吗不去做呢？要是再让你们的孩子看到，那不是更好了吗？你们都是很有天赋的人，既然这样，干吗不在授课中发挥你们的天赋呢。没有什么事能比这个更有意义了。”

简短的开场白后不久，我们便开课了，我们有了21名教师。虽然来的孩子不多，可我还是按规定，把他们分成班，两三个人一个班也没关系。困难一直不断，由于没有足够的教室，我们只能在帐篷里开课，孩子们都被妥善安排好了。又经过一段努力，入学的孩子越来越多，帆布帐篷容纳不下，我们开始募捐。我们用了3个月，从当地372名居民手中募得18万美元，盖了一座新教堂。

让我们指明方向，帮助人们明确自己的需要，接下来，他们会竭尽全力，最终达成心愿。

本杰明·富兰克林了解这一切。他甚至祈求上苍，能把这一原则铭刻在他的脑海里。第一次阅读他的自传时，我就知道了，他向上帝祈祷了50年。

我曾对自己说：“如果本杰明·富兰克林的祈祷有效，那么我也去祈祷，事业一定会顺利起来。”虔诚祈祷，25年来我一直如此。本杰明·富兰克林在他的自传中写道：“……仁慈的上帝赐予我们智慧，我需要得到他的指引，去获得智慧，我写下这些诚挚的祈祷置于案头，永志不忘——啊，万能的上帝，如慈父般给我导航，赐予我智慧。”

15分钟内销售25万

聆听了克雷拉·霍思西克的销售秘诀，我的激情与日俱增。我认为现在要做的就是去见客户，见得越多越好，销售保险似乎是一件很容易的事。

可好景不长，随后的几个月，我的业绩停滞下来。其实有很多好机会，只是没法把握住，只好陷入困顿。我去出席在费城举行的推销员会议，遇见推销高手爱略特·霍尔。爱略特·霍尔先生早已退休，可这些年，他的销售记录仍高居榜首。我去和霍尔先生攀谈，他告诉我在推销上遭遇失败并不稀奇，他甚至想到过退出。他传授给我新的推

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

销方法，使我茅塞顿开。

再说起他在那次大会上的发言，其实并不那么让人信服。“对顾客不屑一顾”，这种理论太过于奇特，震惊了广大听众。2000 多名推销员，都反对其观点。可听了他的解释，与会者又变得激动起来，纷纷赞许。

当知道自己的观点受人排斥，霍尔先生并不试图辩解，他很清楚地意识到：给那些反对者判个大大的红叉，不会显得自己更为聪明。只是不停地提问，霍尔先生就达到了自己的目的，反对者们不得不就范，都同意了这个新奇的观点。

推销大师霍尔先生，给我上了意味深长的一课，让我彻底改变了以往的思考方式。他从不做强迫者，不会试图用自己的思考方式来影响别人，提出问题只是为了：帮助他人去明确自己的需要，再帮助他们下定决心，最终达成心愿。

我们一起回忆那次大会的细节。当时最强硬的反对意见之一是，“就算你知道我想要什么，我还没有下定决心去做，你能怎么办呢?”霍尔先生就像狡黠的猎人，恰到好处地击中目标：“我的工作就是帮助你坚定决心，不存在什么无计可施的情况。”

听了上述的对话，一个推销员还是陷入迷惑中：“您的见解很精彩，可是我还得仔细考虑一下。”

霍尔先生紧随其后：“我已经在帮助你考虑这一问题，你大可不必陷入困惑。”

霍尔先生始终在坚持自己的观点，也始终面对着争执，可他巧妙的处置方式，并没有让人丝毫不愉快，仿佛他从没有参加这场争辩一样。霍尔先生用强有力的态势，非常适当的力度，表明了自己的观点。当你欣然接受时，却不会觉得：他对了，而你却错了。

霍尔先生的推销方法可能就是不断地提问，用这种紧凑的方式帮助客户了解他们的需要。而在从前，我从没有这种经验，我自然应当牢记，以便汲取其中的智慧。

这种令人耳目一新的方法实在是太棒了，我应该试一试，只是，我还得向霍尔先生学习一些细节，真正掌握他那巧妙而有力的提问方式。

谈话后不久，我得到了一次尝试机会。一个朋友打电话告诉我，纽约的制造商正准备购买 25 万美元的人寿保险，有近 10 家大公司的头儿等着我们去报价。他问我对这一机会感不感兴趣。这么千载难逢的机会，我当然感兴趣，我马上请求这位朋友替我安排会面。过了几天我被告知，会面的时间已经被安排好了，就在次日上午 10 点 45 分。放下电话，我开始仔细筹划，想一想我该做什么，是不是可以按照霍尔先生的办法，他的那套方法太让人印象深刻了。我开始为这次会面准备一系列问题，希望它们能帮我制造一场华丽的演出。半小时过去了，我所准备的问题仍在原地打转，真是件繁重的工作。必须要让客户知道究竟想要什么，这些问题总要一环套着一环，我还要考虑到客户可能会有其他变数，做好准备。花了将近两个小时，得到 14 个问题。我仔细琢磨着，先写在笔记本上，再按照逻辑顺序把它们排列出来。

第二天早晨，我乘火车前往纽约，在车上我又一遍遍地琢磨起这些问题。太过投入，以至于当我到达宾夕法尼亚车站时，已激动得无法自持。为了增强自信，我决定冒一个险。我给纽约最大的一家体检中心挂了一个电话，替那些还没见面的客户们安排了一次体检，时间定在 11 点 30 分。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

秘书小姐接待了我，她开门向总裁通报。我定了定神，站在门外等着。“博思先生，从费城来的贝特格到了，他和您约好的时间是 10 点 45 分。”

“是的，让他进来。”这是博思先生的声音。

这是我们的谈话：

我：“博思先生，您好！”

博思先生：“你好，贝特格先生，请坐。贝特格先生，冒昧地告诉你，这次见面只是在浪费时间。”

我：“何以见得？”

博思先生指着他办公桌上一摞文件说：

“纽约所有的大保险公司，都收到了我送呈的人寿保险计划。这其中有 3 家是我朋友开的，我和其中一位老板还是挚友，每个周末都在一起打高尔夫球，他掌管着纽约人寿保险公司，那可是一家不错的大公司。”

我：“是的，确实没有公司赶得上他们。”

博思先生：“好吧！贝特格先生，情况就是这样，如果你仍坚持，就按我现在的年龄，46 岁，做一个 25 万美元的大概方案，把它寄给我。过几个星期我对比了这些收到的方案，再做进一步的考虑。如果你的方案报价最低，质量又好，那么你就得到这笔生意了。不过我想你是在浪费自己的时间，也是在浪费我的时间。”

我：“博思先生，干过这行的人都知道真相，就像对待我的亲兄弟一样，我告诉您一些真话。”

博思先生：“说吧。”

我：“我是做保险这一行的，如果您是我的亲兄弟，我会直接让您把那些所谓的方案，打成碎片扔进废纸篓里去。”

博思先生：“你这话什么意思？”

我：“要想准确解释那些方案，您就需要成为一名保险统计员，而成为一名保险统计员要花上 7 年的时间，您可以说毫无解释权。您现在可以选择一家价格低廉的保险公司，可只需要 5 年，这家公司就有可能变成价格最高的一家公司。商业界向来如此。再说下一条，毫无疑问，您所选的公司都是世界上最好的公司，把这些公司的方案摊开放在办公桌上，闭上眼睛，随便拿起一份，似乎都是价格低廉的，您花上几个星期精心选择，其结果也几乎没什么区别。博思先生，我的工作就是帮助您做出最后的选择。为了帮助您做出这样的选择，我必须问您一些问题，您觉得可以吗？”

博思先生：“好吧！那就问吧。”

我：“换句话说，那些公司在您活着的时候，会非常信任您，可万一您去世了，他们还会像对待您一样对待您的公司吗？您看是不是这样？”

博思先生：“对，我想这是个问题。”

我：“那么可以这样说，当您购买了这项保险，您就把危险转移到了保险公司一方？确信这一点很重要，甚至是最重要的一点。设想一下，您半夜醒来，突然想到火险已经在昨天就到期了，您的农场里的大片作物就快不受保护了，您说什么再也睡不着了。第二天起床的第一件事，是不是会立即打电话继续购买保险，让您的保险经济人继续保护它们？”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

博思先生："当然了！"

我："同农场中的作物一样，我们自己的安全也需要得到保障，难道您不觉得该买一份人寿保险，好把风险降到最低程度吗？"

博思先生："这我还没仔细想过，我会去买一份的。"

我："如果您没有买这样的人寿保险，您难道不觉得，随时存在的风险会让您损失大笔的钱财，您生意上的收益还能得到保障吗？"

博思先生："你说的是什么意思？"

我："今天早上，我跟纽约的著名医生卡克雷勒预约过了，为您安排一次全身体检。您是知道的，他所出具的体检结果可以得到所有保险公司的认可。他诊所里的先进仪器应有尽有，当然名声显赫。"

博思先生："其他保险公司不能安排这样的体检吗？"

我："今天早晨他们是不行了。博思先生，请您尽快确认，这次体检至关重要。设想一下，您今天下午给那些保险代理人打电话，让他们给您安排体检。首先，他们会给朋友打个电话，请来一位普通医生。在您办公室里做第一次检查，就算检查结果当晚就寄给一位主管医生，他们第二天早晨才能确知检查结果。当意识到这一检查结果价值 25 万美元时，他们还要安排第二次权威性的检查，当然，还未必有那些先进仪器，这样一天天地拖延，您觉得有必要吗？干吗要这样拖延，哪怕拖延一天呢？"

博思先生："我还是再考虑一下吧！"

我："还要考虑到，假如您明天早晨得了感冒，休息完一个星期，等痊愈后去做那次冗长的检查，保险公司可能还会说：'博思先生，您现在的身体没事了，不过考虑到您之前的病史，我们还要观察您三四个月，确定您的病是急性还是慢性的。'这就意味着您还得拖下去，直到最后的检查完成。博思先生，我说的事情随时会发生。"

博思先生："是的，经常会发生。"

我："博思先生，现在是 11 点 10 分，我们立即动身，还能赶上和卡克雷勒先生的预约。您看上去很健康，如果体检也没什么问题，您所购买的保险将在 48 小时后生效。我相信您一定满意这样的安排。"

博思先生："我现在感觉好极了。"

我："难道您不需要这次至关重要的体检吗？"

博思先生："贝特格先生，您为谁服务？"

我："当然是您了！"

博思先生昂起头，点燃一支烟，从办公桌旁起身，走到衣帽架旁拿起帽子说道："咱们走吧！"

我们赶到了卡克雷勒医生的诊所。在体检顺利地完成之后，我们成了朋友，博思先生极力邀请我共进晚餐。进餐时，他看着我，笑着问道："你是哪家公司的？"

市场销售的惯常原则

善于分析工作，会帮你摆脱困惑。我知道你在想些什么，你一遍一遍地对自己说："那些窍门可能是对卖保险的有用，对我有什么用处呢？我可不知道该怎么用。"先生

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

们，其实有一点可以确定，无论你卖些什么，步骤总是一样。不管你是在卖鞋子，还是卖那些庞大的轮船，哪怕就是卖份火险合同，你都得按照下面的方法去做：

1. 预约

安排一场让人充满期望的约见，在心里暗下决心，一定要争取更多的利益。预约时，要告诉对方你很欣赏他的价值取向，用巧妙的暗示去影响对方，让他在不知不觉中开始看重这场约见。提前预约极其重要，我如果未经预约就去纽约，肯定一无所获。

2. 精心准备

你被邀请参加商业会议，要求在业内的大小人物面前，当然还要面对其他人士，发表演讲。作为报酬，他们每人要付给你 100 美元，你该怎么做呢？毫无疑问，你要花上几个小时来准备，仔细筹划一下演讲内容。这样郑重其事，原因何在？因为你明白，你要面对大阵势，足有三四百听众。可我要提醒你，三四百听众和一个听众没什么不同。你可以把三四百人当做一个人看待，也可以把一个人当做三四百人看待。所以，你和客户的每次见面都应该要精心准备一番，要把每次的商业约见都当成一桩大事。

还是说那次纽约之行吧，当朋友打电话给我，得知与博思先生的约会已经安排妥当时，我在办公桌前呆坐了差不多 30 分钟，脑子里一片空白，实在想不出该对博思先生说些什么？我甚至打算，实在太累就在去纽约的火车上再想吧，这些都是明天早晨的事。可另一个声音却说："现在不想，明天早晨也许还是什么都没有，现在就该着手准备。如果毫无准备地去，你也就毫无所得。既然已经约好了博思先生，就要把握好机会，现在就开始准备，一定会取得胜利。"

问题想出来了。"见面时，他会最看重什么？""答案不难猜。一定是贷款——博思先生肯定有贷款。债权人坚持要他买人寿保险，但是对于他而言，人寿保险真的那么重要吗？他是不是在冒险？"

有了这个基本的想法，我找到了一切问题的基石，立即开始准备。

3. 什么最重要

博思先生对什么最感兴趣？或者说，这些问题中，他认为哪一个最有价值？

我能准确地知道问题的答案，当然能够确保胜出，这就是我击败 10 家大公司的原因。

那天在与博思先生共进晚餐时，他对我说："我想，那些做保险的朋友肯定大吃一惊。他们每个都缠了我几个星期，都试图告诉我，只有自己提出的价格是最合理的。而你并没有围着我转，可你知道我想要什么，你的话让我意识到了危险，继续等待下去，风险更大。如果在这顿饭之前，我还没有去体检，这简直是愚蠢至极。"

卖出这份保险的同时，我给自己上了一课：别太追究细枝末叶，问题太多会掩盖住关键点的，要直奔主题。

4. 关键点

当你在跟客户商谈要事时，不论是面对面或者只是打着电话，你只要能做到以下几点，就一定是个不寻常的人。

（1）牢记要点。

（2）谈话重点逻辑清楚。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

(3) 简明扼要不脱离主题。

在去见博思先生的路上，我一遍又一遍地琢磨那几个要点，直到准确记住所有内容，甚至考虑到很多细节，我还要把握好说话技巧。充分的准备给了我自信。会谈中，我心里一直牢记着事先确定的要点，从没动手翻阅那些事先记录的要点。当然，真要是记得不太牢靠，我还会毫不犹豫地拿出记录本，生疏点也好过漫无目的。

5. 提问

为了与博思先生会面，我准备了 14 个问题，可实际上我只用到了 11 个。全部 15 分钟的会谈，完全是由提问和回答完成的。如何提问题至关重要，这将决定销售的成败，关于这一点我在下一章会谈到。

6. 突破点

要让客户感到吃惊，很多时候，我们需要提醒他们去关注那些自身利益。需要说清楚一点，如果你没有实在的东西，请尽量不要这样做，仅仅依靠奇特的概念，你不可能达到目的。

在与博思先生会谈时，我说过：“您知道我是干保险这一行的，如果您是我的亲兄弟，我会直接让您把那些所谓的方案，打成碎片扔到废纸篓里去。”

7. 让客户担心

只有两项基本的要素可以驱使人们。一是渴望得到；二是担心失去。广告界的人告诉我们，这些忧虑越是具有危险色彩，就越具有无穷的活力。和博思先生的全部谈话都建立在一个基石上：他在冒险，担心失去 25 万美元的贷款。

8. 建立信心

如果你非常诚恳，可以有很多方式在陌生人面前建立自信。只是需要遵循 4 条原则。

(1) 成为客户的助手。在准备和博思先生的会面时，我转变了自己的角色，把自己设想成他麾下的一名职员，专门负责公司的保险事宜。在这种情境下，我用自己的保险知识，有针对性地去帮助博思先生弄清缘由。这一转变，打消了那些因为陌生所带来的紧张以及疑虑，在谈话中我始终投入激情。几年来，我在销售中一直扮演客户助手的角色，这种积极的态度使我受益匪浅。我非常愿意与你们分享这一奥秘，让销售员成为顾客的助手，这样一来，人们自然愿意购买你的东西。

(2) “就像对待我的亲兄弟一样，我告诉您一些真话……”如果你有很强的自信心，你就会毫不犹豫地使用这一原则。这就是那天我对博思先生一开始所说的：当我平静地看着他说出了这寥寥数语，接着就等待他的回话，正如所期待的，他的回答是：“请说吧。”

(3) 夸赞你的竞争对手。“如果不能夸奖别人，那就不要讲别人的坏话”，这永远是销售中的一条原则。遵循这一原则，你可以用最快的速度获得客户信任。记住，尽量说别人的好处。当博斯先生提及他挚友所掌管的公司——纽约人寿保险公司，并且夸赞起来的时候，我马上说：“那可是一家不错的大公司。”好，还是回到正题上来。

(4) “我现在为您干的事别人都干不了。”这是在销售中很有效的一句话。这句直截了当的话，会有惊人的效果。举个例子吧！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我和戴尔·卡耐基先生乘火车前往依阿华州演讲，一位叫拉塞尔·雷文尼的商会会员（他也是我们学校的资助者）前来道别。他说："你的一句话帮我卖出了一货车的油。"我有些好奇，愿闻其详："什么话？"

昨天，拉塞尔给一个客户打了电话："我今天为您干的事别人都干不了。""什么事？"客户吃惊地问道。拉塞尔说："我可以给您弄一货车的油。"

"我不要！"

"为什么不要？"

"我没地方存放。"

"先生，就像对待我的亲兄弟，我得说，给您弄一货车油，是件多大的好事。"

"到底怎么回事？"

"您先买下这车油，很快就会出现油料供应短缺了，以后再想要也没有了，到那时您就知道现在的价格有多优惠。"

"是那样，但我确实没地方存放。"

"您可以租个地方吗？"

"不，我还是不想买。"

就在当天，拉塞尔回到办公室，那位先生已经打过电话还留了言。拉塞尔马上回电，客户在电话里说："拉塞尔，我租了一个旧加油站，可以存放一货车油，你快点把那车油卖给我吧。"

9. 真诚赞许客户的能力

每个人都喜欢被重视，每个人都渴望被夸奖，他们渴望真诚的赞许。记住，赞许是发自内心的，千万不能做得过分。当我告诉博思先生："当您活着的时候，那些保险公司信任您；可您去世了，他们不会像信任您一样，去信任您的公司了，我说得对吗？"

10. 尝试先斩后奏

你可以先斩再奏，替客户提前做些决定，但有一个前提，你要保证全局的稳定。在我还没把保险卖给博思先生的时候，就替他预约了卡雷勒医生……这次体检就是一次赌博，可我把宝押在自己的控制范围内。

11. 会谈时使用"您"这个字眼

在做成了博思先生那单生意后，我又花了几年更仔细地推敲销售原则。我分析了那次 15 分钟的推销过程，我前后 69 次用"您"和"您的"字眼称呼他。我也记不起自己怎么开始这样做的，这方法确实行之有效。请记住，在使用"您"这个字眼时应当做到：

从对方的视角去看问题，迎合他的需要。

您不想这样试试吗？把上次推销时的谈话写下来，再把那些"你""你的"些字眼换成"您""您的"，再去尝试一次。

用提问来提升你的销售

我的思维开始活跃，正在进行一场革命性的改变。以前，我的年销售目标是 25 万美元，只想通过艰苦而细致的工作去达成。可结果是，做成博思先生的那笔生意，我就

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

完成了年销售目标，只用了一天，真是太棒了！一个星期之前距离目标还那么遥远，可现在我已经想卖出 100 万美元了。一切都让自己觉得那么不可思议，但这都是真事。

就这么胡乱地想着，让我在回费城的火车上坐立不安。一遍遍地重复着和博思先生的对话，满脑子都是“销售”。我想找个座位，把这些令人着魔的感想用笔写下来。车厢里挤满了人，我努力寻找着，直到把这些奇思妙想誊写在纸面上。

“如果我没有遇见爱略特·霍尔先生，没有学会用这一系列巧妙的提问来推销保险，这次可能就无功而返了，就如几天前一样，纽约的生意依旧与我毫无干系。”

我意识到：毫无技巧地推销，不会借助这些睿智的提问，不出 3 分钟我就被踢出门了。关键在于，在谈话过程中，我始终把握住方向，让博思先生处于购买者的位置，把我的主意糅合在那些精心准备的问题之中。我尽最大可能去争取主动，而不是无谓的抱怨，这才获得了成功。想想这次精彩的谈判吧，每当他有任何疑惑，我就立即回以精巧的问题，直到他最后说出“走吧！”我已经确定博思先生被我的主意“俘虏”了。

几天后，我通过朋友给一位年轻的建筑师发函。虽然年轻，这位建筑师已经做了好几个重大项目，他的事务所被本城人寄予厚望。

那位年轻的建筑师优雅地回复我：“如果按信中所说，仅仅是为贵公司推介保险，那么我就丝毫不感兴趣。很不恰巧，一个月前我就买过许多保险了。”

他的言语中带着不可更改的决绝，我感到此人极为固执，却还是希望进一步了解他。我开始了精巧的提问。

“爱伦先生，您什么时候踏足建筑业?”

我耐心地听着他的回答，足足花了 3 个小时。女秘书拿来几张支票让他签名，在离开时一言未发地把我打量一番。而我只是平静地看着爱伦先生。

在离开时，我已经知晓，对他而言何谓希望，也懂得了他所不懈努力而建立起来的事业。在随后的面谈中他说道：“我说了很多秘密以至于自己都很费解，要知道，我妻子都没你知道得清楚。”

相信那天，我让爱伦发现了从未认识的东西，他没有真正走进自己的内心，也没有透彻地了解那个真实的自我。

感谢爱伦先生对我的信任，我开始仔细研究，以便尽快告诉他结果。两周后我拿出了一份保险计划和两份相关文件。正值平安夜，下午 4 点我动身离开了公司，给爱伦先生送去 10 万美元的保险合同，此外，还有给副总裁准备的 10 万美元合同，行政总监也没有被忘记，他的保险金额是 2.5 万美元。

我和爱伦先生成了挚友，我们在 10 年里做了 75 万美元的生意。

我不是在推销东西，而是他们总在主动购买，这就是我此时的感觉。在接触爱略特·霍尔先生之前，我总在顾客面前充当一部强势的“百科全书”，好像什么都知道似的，而面对爱伦先生和他的同事们，我已经变成引导者，引导他们去回答我的问题。

25 年来，我发现用问题去引导对方总是更有效果，不必试图控制他人的思维。我深刻地理解了霍尔先生的思想。实际上，150 年前，在费城当地，已经有位伟人做过详细的论述，他就是本杰明·富兰克林。

读过富兰克林的著作，你会吃惊地发现，年轻时的他并不让人可敬，他树敌众多。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

他总与别人争论，又独断地试图支配他人。当富兰克林认识到这些，就开始研究苏格拉底的提问法，把它发扬光大并不断实践。富兰克林终于掌握了领导艺术，他在引导别人，站在对方的立场上去不断提问，不再激烈地与人相争，最终，令对方信服。

这一方法似乎简便可行，我开始把它应用于销售，其效果立竿见影。

回忆过去，我会为“我不能同意，因为……”这样僵硬的语句而感到脸红。不如换成“你干吗不想想”之类的话，避免去刻意支配他人。我们要用言语表明自己的立场——“我们不用过多的对立，可以多问些问题。”这就已经开始替别人着想了。其实我们还能说得更完美点：“你不认为我们该避免对立，多问些问题吗?”

提问时应注意以下两点：

第一，让对方知道你所想的。

第二，问及对方的观点时要尊敬。

一位著名的教育家告诉我，学校教育中最重要的事情就是：明确提问的态度、学会合理表达意愿，以及掌握应变能力以应对突发事件。

我没有条件上大学，但我知道，恰当地提问可以帮助人们思考。在实际生活中，也应该提出切合实际的问题。

提问中应注意的 6 点：

第一，无须争论；

第二，不要喋喋不休；

第三，帮助对方明确需求，再确定路径；

第四，帮助对方理清思路，让他接受你的想法；

第五，找到销售时的突破口；

第六，让对方的观点受到重视，对方会更尊重你。

走出校门后最重要的事情之一是要学会提问题，有能力处理偶然事件。

确定人们购买保险的动机

这是个故事。为招揽顾客，纽约一家夜总会找了个家伙——一个身壮如牛的大个子，可以让顾客随便击打他的肚子。不少人都一试身手，可那个身壮如牛的家伙竟毫发无损。一天晚上，来了一位瑞典人，一句英语也不懂。人人都怂恿他，主持人最终用手势告诉那个瑞典人该做什么，瑞典人走了过去，脱下外套，挽起袖子。挨打的大个子挺起胸脯深吸一口气，准备接受那一拳。可拳头并没落在他肚子上，瑞典人朝他的下巴狠揍了一拳，这个可怜的家伙当时就倒在了地上。

那个瑞典人没有误解主持人的意思，他只是找到了大个子的软肋给予致命的一击。这正是销售行业的重要原则。

大部分人很难找到关键点。举博思先生的例子为证吧，博思先生所关心的是保险的价格。那些保险推销商整天围着他转，却总往那大块头肚子上出拳。而我是用提问引导他说出关键点。

阅读林肯的著作，让我发觉了这一诀窍：只有找到事情的关键点才能取得成功。他说：“我能打赢官司，因为面对辩护律师时，我总能在许多事实中找出几点来反驳对方，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

找到关键点，最终取得胜利。”

罗克岛铁路案，这是一个典型的案例。终审的那天，对方律师花了两个小时总结陈词，如果林肯也花同样的时间在每一点上都针锋相对，必然冒着愚弄陪审团的危险，会对他不利。可他最终抓住关键点，只用了不到一分钟，就打赢了官司。

我与成百上千的推销员打过交道，大部分人丝毫不理会这个关键点。什么是关键点呢？简单地说：最基本的需求。换言之，就是最感兴趣的细节。

那么该如何把握关键点呢？这就需要你鼓动顾客不停地说话，一旦说出了四五条拒绝购买保险的原因，你就可以针锋相对地说服他们，不用急于推销保险。

如果一直和你交谈，他们就等于在帮你销售。因为他们所说的四五条原因中肯定有一条是关键点。有时甚至不用你说多少，他自己就会反复提到这个关键点。

几年前，匹兹堡的那场推销员大会上，雪莱汽车公司公关经理威廉·G. 鲍尔讲了一个故事。他想买幢房子，找到房地产商。地产商可真是聪明绝顶，先和鲍尔先生闲聊，没多久就摸清楚了佣金情况，还知道了鲍尔先生想买一幢带树林的房子。然后，他们开车来到一所房子的后院。房子很漂亮，紧挨着一片树林。他对鲍尔先生说：“看看院子里这些树吧，一共有 18 棵呢！”鲍尔先生夸了几句，开始询问价格，商人没有给出答案。鲍尔先生一再询问，他依旧含糊其辞。最后，那个商人就开始数那些树：“一棵、两棵、三棵……”成交了，价格不菲，因为有那 18 棵树。

讲完这个故事，鲍尔先生说：“这就是销售！他在聆听，确定了我的需求，然后完成了一次完美的表演。”

反观我的表现，思路总跟着对方走，不断地回答对方提出的问题。这样下去，我很难让彼此达成一致，即使碰到了关键时刻，对方想买保险了，也总是匆匆错过。

许多顾客想要误导你。在后面两节里我将告诉你，如何用两个简单的办法寻找顾客的真实想法，即使这些想法深藏不露。

销售中最重要的字眼

我想，“为什么”这个字眼有着惊人的魅力。我花了许多年，干了不少傻事，才发现这个简单的道理。以前，一旦有人与我意见相左，我会立即与他争辩，很多次销售都是如此。直到有一天，我才认识到这个字眼的真正含义。这是友人的亲身经历：这位费城再生物资公司的老板，因为朋友聚会，在乡下的一间小屋内过了难忘的一夜。朋友们在入睡前轮流讲故事，轮到他时，人们大都入睡，只剩下一名听众了。每当他因为困倦至极想要睡觉时，可那唯一听众就问一句“为什么”，他就不得不继续讲下去。直到那唯一的听众也鼾声如雷，他此时才明白，这唯一的听众就是存心引诱他继续说故事。

听到这里，我们捧腹大笑。朋友接着说下去：“我突然想起来，你卖给我平生第一份人寿保险时对你说的话，也都对其他推销员说过。而你并不与我争辩，只是不住地问为什么，我呢？只能不住地解释，防线最终被你的提问所击溃。其实，我解释得越多，就越被动，并不是你卖出保险，而是我去‘主动’购买。

“那次聚会结束后，我回到办公室，只是通过电话，就神奇地卖出了许多积压货物。我们都知道，不断提问是一种上佳策略。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这位朋友为着事业四处奔波，在费城极有名望。感谢那次谈话，我才真正认识到这个字眼蕴涵的巨大能量。

让我大惑不解的是，许多推销员都害怕去问“为什么”。这个故事，几年前就在演讲中提到过。我让那些听过演讲的推销员，讲述他们的工作，讲讲他们如何使用这个字眼，都起了什么作用。佛罗里达的一位机器设备推销员发言了：“昨晚听了贝特格先生的演讲，当时我不很相信。今天上午，遇到顾客询问机器价钱，他嫌 2700 美元的标价太贵。我就追问原因：原来是不太相信这部机器带来的利润。我继续追问，他还是在怀疑机器的投资价值。我反问他为什么不像其他人一样去投资呢，他很不客气地回绝了我。我说：‘为什么不可能呢？所有买过这种机器的人都认可这笔投资。’他说负担不起。接下来，只要他提出疑问，我就问为什么，我让他尽量地多说，直到他再也找不到拒绝购买的理由，终于成交了。这是我最快完成的一次销售。如果还是用喋喋不休的推销语言，只会搞砸了这笔生意。”

曾经推着手推车上街卖糖果，后来生产巧克力成了百万富翁，这就是已故的密尔顿·何塞先生。他 88 岁去世，一生所推崇的就是不断地追问，终身为此而努力。听起来似乎是太过离奇，因为你没有继续往下看。密尔顿·何塞先生在 40 岁前经历了 3 次失败，他开始追问自己——“为什么别人成功我却总是失败？”经过长时间的思考，他找到了原因：做事的时候总把握不住事情的本质。如果有人说：“这件事没法干了。”他就问：“为什么？”“为什么不能呢？”一直问下去，直到找出所有原因。他还感叹：“又有一个人学会了追问。”

爱略特·霍尔先生有他的推销策略。推销中要不要追问，他从不强求，他的重要经验就是去“做”——实践胜于一切。

在下一节里，我会用两个实例说明，如何利用追问来掌控全局。还会告诉你，结合“为什么”这个字眼和另一个我们常用的口头禅，会带来令人惊奇的效果。

发现被隐藏的原因

我保留了 5000 多个销售谈话记录，用以探究销售成败的缘由。我发现，62％的顾客并不会说出拒绝购买的真正原因，只有 38％的顾客才会告诉你。

人们在其他方面诚实可信，却不愿意坦诚地面对推销。原因何在？很长时间之后，我才解决了这一疑惑。

作为历史上最精明的商人之一，已故的皮耶蓬特·摩根勋爵曾经说过：“人们做事的动机有两条，一条只是为了好听，而另一条才是真实的。”我保存了数年的记录，明白无误地证实了这点。几年来我不断测试，力图找到途径以辨别真伪。其实，这是一句简单的日常用语——“除……之外”，却有惊奇的魔力，并不是金钱所能媲美的。我来说说该如何使用吧。

几年来，我一直试图与一家大型地毯厂签订商业保险合同。3 位创办人中，两人观念新潮，而很落伍的那个人上了年纪还有点聋。每当我提及保险，他的听力似乎就会变坏，一句也听不进去。

一天，我吃早饭时翻着报纸，突然看到这位老人去世的消息。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

看完这条消息，我的第一反应是，卖保险的机会来了。

几天后，我打电话约见厂长，之前我们也谈过这桩生意。当我应约来到他的办公室时，发现他并不像以前那样高兴。

等我坐下来，他说话了："我想你是来谈那笔商业保险生意的。"

我轻轻笑了笑。

可他毫无笑容："我们绝不会买你说的保险。"语气决绝。

"那能不能告诉我原因？"

他解释说："购买这种保险，我们每年需要支付 8000～10000 美元。可我们出现亏损，财政赤字严重。所以，我们决定在财政状况好转之前，不再多花一分钱。"

经过几分钟的沉默，我说："让你如此犹豫不决呢？换句话说，是不是还有什么其他原因？"

他听了我的话露出了笑容："是还有点别的原因。"

"你能告诉我吗？"

"我有两个儿子需要照顾，他们爱这个厂，大学毕业后就在这里上班，从早晨 8 点干到下午 5 点。我不会傻到把利润都给保险公司，那样，我死后，两个儿子怎么办呢？"

对我而言，这笔生意的实际价值是 3860 美元。既然知道了真正原因，机会也就来了。我首先强调这份保险的重要性，接下来重新制订一份计划，把他的两个儿子考虑在内。这份保险计划让我们皆大欢喜，无论发生什么不测，他们的财产都不会流失。

得到回答后，我为什么还要追问他呢？我在怀疑吗？不，一点也不。第一个原因符合逻辑也很真实，我完全相信。但多年的经验告诉我，一定还有其他原因，这得益于我保存的那些珍贵记录。另外我养成了提问的习惯，追问顾客就像是例行公事，而这种发问方式又从没有招至反感。

既然探知对方的真正原因，我们该做些什么呢？不妨举个例子。我与两个朋友共进午餐。一位是费城桑托斯化学公司的经理，另一位是费城的房地产商。席间，他们提及，有位大老板——电器生产商唐·林德赛想买保险，保险金额大约是 5～10 万美元。他们建议我去试试。

第二天 10 点，我来到这个大老板的办公室，向秘书说明来意后，我被引见给林德塞先生。因而林德塞先生却一脸不悦。

我待了一会儿，见他一言不发，只得说："林德塞先生，有两位朋友说您要买人寿保险，所以我来看看。"

"你在说什么？"他的声音突然大起来。我想差不多整条街都听得见。"你是两天来他们送来的第五个了，他们是不是在开玩笑！"

听了这些话，我很震惊，又想大笑。可看着林德塞先生生气的样子，我没敢笑出来，只是说："您对我那两位朋友说了什么，让他们产生误解？"

"我说我决不会买任何一种保险，我根本就不相信这个。"林德塞先生还是大声喊叫着。

"您是个非常成功的商人，"我说道，"您这么决定肯定有非常充分的理由，如果不介意的话，您能告诉我为什么吗？"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

听我这么一说，林德赛先生不再那么生气了，声音也放低了：“好吧，我告诉你，我现在赚的钱足够多了，即使有什么不测，我妻子和女儿也并不会缺钱用。”

我考虑着他的话，接着说：“除此之外，林德赛先生，还有没有其他原因呢?”

林德塞先生很肯定：“没有了，那是唯一的原因，这还不够吗?”

“我可以问您一个私人问题吗?”

“说吧。”

“您有负债吗?”

“我谁的钱都不欠。”

“如果您有负债，是不是就会考虑买份保险，以除隐忧呢?”

“我会考虑的。”

“如果您今天不幸去世了，联邦政府就会用您的不动产去抵押。按照联邦法律，您的家人在得到遗产之前，先要交给联邦政府一大笔遗产税。”

这天，林德赛先生买了他平生的第一份保险。

第二天共进午餐时，我把这个消息告诉了两位朋友。他们十分吃惊，始终无法相信这一事实。

“除此之外，是不是还有其他的原因呢?”这句简单的话语会舒缓大家的心情，再僵持的局面也会被打破。举一个不寻常的例子。某天早晨，一位年轻人咨询我。事情比较复杂：两年前，他的公司莫名其妙地失去了当地最大的客户，纽约总部的一位副总裁过来调查原因，可是毫无头绪。

“我一年前进入这家公司。”这个看起来很精明的年轻人说，“一进公司，上级就让我拉回这位客户。一年内，无论我怎么打电话，都毫无起色。”

我询问了那个客户的情况，特别是最近的一些谈话。

他说：“就在今天早晨，我又去见了他们的总裁，希望继续合作，但是他根本没有任何反应。经过长时间的沉默，我不得不窘迫地离开。”

我建议他立刻回去，告诉那位总裁，这次是公司总部派遣的。我帮他筹划好会谈内容，并嘱咐他尽快告诉我结果。

下午，年轻人激动地打来电话，几乎说不出话了：“我现在能去见你吗?我拿到订单了，所有的问题都解决了。公司总裁今晚就飞来。”

简直难以置信，我和那个年轻人一样激动：“快过来，告诉我一切。”

请听听他的经历：

一切都那么简单，简直难以置信。当我走进那家公司的办公室时，总裁吃惊地看着我。

“总裁先生，早上我离开您的办公室后，接到公司总部的指示，要我立即再来见您，为什么会失去您这样的重要客户，我要弄清楚一切细节。我们公司相信，您肯定有充足的理由拒绝与我们合作，我们公司里肯定有些人做错了什么。您能告诉我这一切吗?”

“告诉过你了。其他公司提供了更优惠的条件，我们已经和他们合作，不准备更改了。”

“总裁先生，除此之外还有其他什么原因吗?如果有，请您告诉我，即便是我们无

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

法做到的，您也会因为自己的宽宏大量而感到欣慰。如果您能尽弃前嫌，给我们一个改正的机会，我们一定让您满意。”

“好吧，让我告诉你。你们公司不再提供特殊优惠，甚至连个招呼也不打，让我怎么跟你们合作。”

原因在这里。

该不该将此事列为范例？我犹豫了许久，也许读者会把这个例子当成阴谋诡计，尽管不是我的初衷。我不会使用诡计，因为诡计经不起时间的考验。我确信，忠诚不会被取代。

被遗忘的艺术——销售中的魔术

和戴尔·卡耐基先生在全美国巡回演讲时，我们以每周 5 场的频率接纳了数以千万计的听众。这些人来自各行各业，有速记员、教师、经理、家庭主妇、律师、推销员。他们都有一个共同的期盼，希望能提升自己的交际能力。对于从没有做过演说的我来说，这是一次让人兴奋的冒险。演讲结束后，我回到家中，急需做两件事：第一，继续销售保险；第二，诉说我的激动心情。

我打电话约别人聊天。第一位听众是费城牛奶公司的总裁，和我做过一笔小生意。当落座时，他递给我一支香烟：“弗兰克，讲讲你的巡回演讲吧！”

“当然，”我说，“不过我更想听你说说，近来忙些什么？家人都好吗？生意怎样？”

他开始聊起了家里人，也聊了他的生意。他说，前一天晚上，和妻子约了一帮朋友打牌，玩的是“红狗”（一种玩法的俗称）。我以前从没有听过这种玩法，听着他的解释，我也乐了，那真的很有趣。说起来，我的初衷是找个听众，跟他说说巡回演讲的事。

在我起身要离开时，他说：“弗兰克，我们正打算替工厂管理人员购买保险，28000 美元够吗？”

没有机会讲自己的事，我却得到了一份订单，其他推销员都没来得及拿到。

这是记忆深刻的一堂课，它告诉我当好一名听众该有多重要。做一个真诚的听众，急切得想听他说话，这样做了，你的推销就会水到渠成。

试着在别人说话时直视着他，表现出自己的浓厚兴趣（即便那个人是你妻子），你就会看到神奇的结果！

其实这个方法并不新奇。两千年前，西塞罗就说过：“沉默中有艺术，雄辩中也有。”但是“沉默”的艺术总被遗忘，因为好听众实在太少。

一个大型机构最近指出（主要面向推销员）：

看电影时，你注意一下男主角如何聆听他人讲话。一位名演员，首先是一个精明的听众。同样，想成为出类拔萃的演讲者，你的演讲效果就要像镜子一样反映在听众的脸上。一位著名的电影导演说过，许多演员没有成为明星，就因为他们没有掌握“聆听”的艺术。

只有演员和推销员们需要掌握“聆听”的艺术吗？其他人都不需要吗？你是否注意过，你说的话并没有给听众留下什么印象。很多次，他们只是听听，并没有用心。聆听

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

者的注意力为零，说话的效果当然也就等于零了。所以我就告诉自己："下次和别人说话，如果对方不注意听讲，就别再说了。"我的确这么做了。

人们把交谈当成礼节，容忍了那些糟糕的听众。大多数情况下，聆听别人说话时，人们都想着自己的事，他们也想发言。当然，不会注意你的谈话，除非你说的内容可以引起他们的共鸣。

一位推销员曾带我去见过弗朗西斯·奥尼尔先生。这位造纸业的头面人物，从推销纸张起步，经过不懈的努力成了纸张批发商，又开办了自己的造纸厂。他受人尊敬，也很少讲话。

相互介绍后，我们开始谈正事。我向他讲解地产、生意以及税收之间的关系，虽然我在说他的事，可他看都不看我。我观察不到他的脸部反应，无从判断他是否认真听讲。谈话刚开始 3 分钟，我停了下来，这似乎是一种窘迫的沉默。我靠在椅背上等着。

对那个陪同的推销员而言，这段时间太过漫长，他如坐针毡。因为怕我触怒这样重要的人物，他想打破僵局。见此情形我真恨不得在桌下踢他一脚，向他摇头示意，万幸，他懂了我的意思，没再继续说下去。

持续的沉默，让那位总裁抬起头。我正舒服地仰靠在椅背上，等着他说话。

我们对视着，都希望对方开口。奥尼尔先生首先打破了僵局（只要你够耐心，对方会打破僵局的）。不善谈吐的他，说了足有半个小时。这个时候，我尽量不插嘴只是让他去说。事后，那个推销员告诉我，他从没有见过这样的场面，简直没法理解。

轮到我了。"奥尼尔先生，作为一位成功的人士，您说的重要信息很具思想性。我来此是为了替您解决问题。可您告诉我，为了解决这些问题您已经花了两年时间。尽管存在困难，我还是希望能协助您，下次再来的时候，我一定带些新想法。"

这次见面，开端很糟糕，结局却令人满意。转变的奥秘何在，其实并不复杂，我只是让奥尼尔先生说出了他的难处，而我一直仔细聆听，并借助一些有针对性的问题，了解了事情的全貌，确定他需要什么。我完成了一笔大生意。

我们应该这样祷告："主啊，请让嘴巴不再喋喋不休！让我知道该说些什么，再去开口……阿门。"经验告诉我，在谈话开始可以自由地交谈。可涉及实质问题时，则要注意对方是否用心。与人交谈，一旦发现对方并不用心倾听，就应该立即打住，不管正在说多重要的话。不要忘记，大多数人都有要说的欲望，不如给他机会，限定一个范围，我们就能了解他们。

我们都讨厌耍小聪明的人，他们总喜欢打断别人，随意插话。往往不等你说完，他们就毫无顾忌地发言，指出你的错误，为什么错，还会在你弄清楚之前就忙着纠正你。遇到这种人，你恼火地恨不得揍他一顿。即使他是对的，你也不愿意接受。

碰到这类推销员，人们都会说些假话把他支走，宁愿跑点冤枉路多花点钱，去买别人的东西。

本杰明·富兰克林年轻时相当聪明。起初他总是想教导人们，给别人指错，以致人们都对他敬而远之。所幸，教友会的朋友给他指了出来。半个世纪后（他 79 岁），他在那本著名的自传里写了如下的话：

"总而言之，在言谈中，耳朵会比嘴巴更有用，沉默是种美德，我坚守沉默。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你做得到吗？你是否时常反思自己的言论，想想自己在不在全神贯注地聆听呢？拿我来说，如果没有认真倾听别人的谈话，就会陷入混乱，常常就此做出错误的决定。

的确，你全神贯注地聆听，会让对方说出真实的想法，让自己了解一切。我和朋友去一位富商那儿谈生意。上午 11 点开始，过了整整 6 个小时，大脑都几乎要麻木了。当我们步出他的办公室，来到咖啡馆里放松的时候，朋友极力夸奖我，夸张地说就好像只谈了 5 分钟。他很满意我的措辞方式。

第二次谈判定在下午 2 点钟，一直谈到 6 点，幸亏富商的司机来提醒，否则还要谈得更晚。

这次谈判，谈我们的计划只用了半个小时，却有 9 个小时在听他的发迹史。他讲自己从无到有的艰辛，在年届 50 时失去了一切的绝望，而后东山再起时的坚韧。他把自己想说的事都对我们讲了，讲到最后他非常动情。

很显然，多数人用嘴代替了耳朵。这次我们只是用心去听，用心去感受。富商给他年届 50 的儿女投了人寿保险，也给他的生意投了 10 万美元的保险。

一位著名的牧师曾说过："推销员需要聆听，牧师也是如此。从事一项原则性的工作就要倾听人们的心声。"

这是一位牧师的故事：

那位女士坐在我对面，讲她感兴趣的事，语速很快，她毫不理睬我的谈话。我知道，她讲的真不精彩。我只是在听，断断续续地听完后，她说："感谢您的巨大帮助。您太好了，充满了同情心。"

这位牧师说："虽然我说的话没起到作用，可我还是分担了她的孤独和不幸。当她离开时，给我报以最甜美的微笑。"

陶勒斯·狄克里，这位著名的作家曾说过："通往成功的捷径就是借给别人耳朵，而不是你的嘴。别人不感兴趣的事，说了也没意义，不如换个方式——'不能再多告诉我点儿吗？'"

我并不在意自己是不是聪明的谈判者，只是想做好旁听者。好的听众，总受人欢迎。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　获取信任，首先得值得信任

如何建立自信

刚入行的时候，我的职业前景非常明朗。我受卡尔·科林斯指导，他的销售业绩在公司中一直遥遥领先，足足有40年。

科林斯先生非同寻常，他善于赢得别人的信任。甚至于，他一开口你就会感觉到，“这个人熟悉这生意，值得依赖，与他合作没问题”。这也是我最初的印象，随后我又理解了个中奥秘。

有一次去谈生意，进展不错。客户已经告诉我：“过一个月来吧，到时可能会签约。”因为缺乏勇气，我只想着退出，不得不向科林斯先生求助。科林斯先生看着我垂头丧气的样子，答应了陪我一起去见客户。

真没想到，他完成得如此轻松，真让我激动。作为回报，我将得到259美元的佣金。可坏消息很快就传来了，由于客户的身体原因，合约暂缓执行。

我很气愤，问科林斯先生：“我们是不是该告诉这位客户，这样做不合规范，得让他知道。”

科林斯先生表现得很平静。“不能这样做，保险业中允许客户的这种行为，只是你并不理解而已。”科林斯先生前去拜访，讲明了其中利害。临结束前，他再次强调：“我确信这份保险对你有益，希望你能认真考虑一下。”

那位客户很爽快地答应了，马上签了支票——足足一年的保险费。

关注卡尔·科林斯先生的一举一动，你就会明白他为何能博得他人的信任。毫不夸张地说，他的言行举止胜过任何激情的演讲，他用那真诚的目光征服了所有的观众。

“那样不行，我已经知道了。”寥寥数语饱含着科林斯先生的独特魅力，其中的深意让我永生铭记。在前景不明的时候，我能鼓起勇气，就是因为我坚信：别人是否相信并不关键，关键是你要相信。

这是乔治·马修·亚当斯说的，我写下了这几句话随身携带，反复阅读直至彻底融入我的思想：

“一个聪明的推销员总是直率地说出实情。他会真诚地看着客户，用真诚的言语打动别人，即便不能在第一次成交，也给人留下深刻的印象。巧舌如簧并不能取胜，再精心的小聪明也别想愚弄别人。先生们，请您牢记，推销员的目光中包含着言语，包含着那打动人心的直率，真诚永远是最保险的好办法。”

我的能力远远超过了一般推销员，可还是按规矩行事。任何推销员都应遵循的态度：让客户了解事情的全貌，了解一切细节，以及我们所能提供的服务。

如何赢得他人的信任？谨记住：首先得值得他人信任。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

医生给我上的一堂课

星期六的早晨到达拉斯，我要准备下星期的演讲。按照日程，从下星期一开始，演讲要持续 5 个晚上。这时嗓子却发了炎，根本无法说话。去看大夫，诊断、开药，情况却继续恶化，看样子第二天的演讲只得取消了。

我只得找马茨曼大夫，这位当地最好的专科医生。治疗的中途，我们开始闲谈，当他听说我来自费城时眼睛一亮："费城简直就是世界的医学中心，每年夏天我要在那待上一个半月，听演讲，去出诊。"

我很吃惊。他已是 66 岁了，可还对事业孜孜以求，也难怪，达拉斯没有比他更好的耳鼻喉科大夫了。

汽车公司采购部经理弗兰克·泰勒说过："我愿意和那些有活力的人做生意，他们能准确提供我们需要的东西，谈起生意来从不拖泥带水。我还愿意认识一类人，可以给我好主意，让我用同样的钱买到质优价廉的东西。有这些人的帮助，我的工作会更顺心，更讨上司的欢心。我喜欢诚实的推销员，他们能诚实地介绍产品，从不让我怀疑。"

开始卖保险时，办公室里有 6 个人。干活最多的两人，可以干完全办公室 70%的工作，广受其他推销员的欢迎，他们乐于提供业务咨询，无穷的工作热情感染了我。我开始向他们讨教，怎么能得到更多的销售信息。他们的回答很干脆——多参加公益活动，多看书报，善于用脑。我追问："哪来时间去读书看报，反复琢磨呢?"回答是："要会利用时间。"

我感到很惭愧，他们的时间利用率可是我的 10 倍。既然他们可以，我也应该做得到。根据建议我也参加公益活动，其效果极好。我全身心地投入其中，自得其乐。我建议另一个同事也这样做，可他却说挤不出时间。

第二天，我正要过马路时，险些被一辆豪车撞倒，抬头一看，开车人正是这位"忙碌"的同事。可没有多久，他就无力再养那辆豪车了。

我参加销售研讨会时跑遍了美国。接触更多的成功人士以后，我发现他们能身居高位，源于对事业的挚爱，他们都是自己行业内的专家。

有人说过："这个时代属于专家们，他们凭自己的魅力与修养得到回报——每周 30 美元。当然，更为优秀的人才能得到更多。一定要熟知自己的事业。"

我们要学多久？66 岁的马茨曼先生从未想过停顿。有人说过："如果不去学习，20 岁就会老去；只要学习不停，青春便会永驻。心灵要永远年轻，这才是生活的关键。"

如果要想获得自信并赢得他人的信任，请你记住：永远追逐自己的事业。

获取信任的诀窍

这个故事会告诉你一个好诀窍：如何尽快赢得他人的信任。

新泽西州一家大型肥料公司，财务主管康纳德·琼斯先生的办公室里。琼斯先生对我和我的公司毫不了解。

"琼斯先生，您在哪家公司投了保?"

"纽约人寿保险公司、大都会保险公司。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

“您选择的保险公司真的很棒。”

“你也这么认为?”（他掩饰不住得意）

“真是一次不错的选择。”

我开始介绍那几家保险公司和他们的投保条件。比如，作为世界上最大的保险公司，大都会保险公司的经营状况良好，甚至可以吸纳整个社区投保。

他听得很入神，丝毫没有觉得无聊，这些事情他从未听过。我看得出，他对自己的投资眼光感到很得意，他觉得自己做了件很明智的事情。

这样夸赞对手对我有什么好处呢？看看接下来发生了什么。

说完那些热情洋溢的话语，我接着说：“琼斯先生，在费城的大型保险公司可不止这几家，比如菲德利特、缨托尔等，他们也都享誉世界。”

如此了解又敢于夸赞竞争对手，让琼斯先生印象深刻。当我开始对比各家公司的投保条件时，我已经快达到目的了，他接受了我所讲的方案，因为这本就是为他准备的。

短短的几个月，琼斯先生带来了大笔生意——其他 4 名高级职员也购买了大笔保险。当这家公司总裁咨询菲德利特公司情况的时候，琼斯先生连忙插嘴：“费城三家最好的保险公司之一。”这可是我告诉他的，一字不差。

可以这么说，不夸赞对手也就做不成生意。像打棒球一样，夸赞对方你就能安全地上一垒，尽管各队都有人在垒上，而只有我能幸运地回到本垒得分。

25 年来，我一直喜欢夸赞对手，这样谈生意的效果很好。人生就如旅行，我们总要博得他人的信任，要想尽快做到这一点，请遵照我的方法。本杰明·富兰克林曾说过：“我不会诋毁任何人，我将尽量说出他人的美德。”

所以，赢得他人信任的第三个原则就是：“夸赞你的对手。”

怎么会出局

亚瑟·埃姆林掌管着费城一家著名的园林设计公司，出于礼貌，他决定与我进行最后一场商业谈判（这是桩大生意，竞争非常激烈）。除总裁之外，还有其他 4 个人一同参与了谈判。我一落座，就预感到不妙（事实也是如此），幸而有了这种预感，我成功地扭转了局面。请听听我们的谈话：

埃姆林：“贝特格先生，我带来了坏消息，经过仔细研究，我们决定把这笔保险业务交给别人。”

我：“我很想知道这是为什么?”

埃姆林：“因为你们的计划都差不多，而他们的报价却低得多。”

我：“我能看看具体数据吗?”

埃姆林：“那样做似乎有失公平了。”

我：“我想看，他们也看了我的计划书，是这样的吧?”

埃姆林：“嗯……”

我：“不过，我只是想能在他的计划里看到具体数据。您为什么不一视同仁，给我们一个宝贵的机会呢?”

埃姆林：“（看了看他的助手）你们怎么认为?”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

助手："这样做好像也可以。"

埃姆林把那份计划递给我，我立即发现了其中的错误：刻意夸大投保人的收益，完全是一种误导。

我："我能用您的电话吗？"

埃姆林："（略有些吃惊）请便。"

我："请您用另一部分机听听，埃姆林先生。"

埃姆林："可以。"

（很快我就接通了那家分公司的经理，他的下属提供了不精确的数据。）

我："你好，我是弗兰克·贝特格，我想向你核实一些数据，你手边有《收益手册》吗？"

经理："有的，请您随便问。"

我："请帮我核实，在新修改的人寿保险中，46 岁投保人的收益是多少（46 岁正好是埃姆林先生的年龄）？"

经理报出了收益数据，我开始核对手中的那份计划书。

我："第一阶段的收益是多少？"

经理报出了准确数据，我在继续核对。

我："请告诉我前 20 年的收益数据。"

经理："我没法向你提供，我们公司还没有这方面的收益数据。"

我："为什么？"

经理："这份人寿险合同刚刚制订，我们还不确定投保人的详细情况。"

我："你能不能通过计算给出答案？"

经理："希望您理解，我们没法预测未来的情况，法律上也不允许预测未来的收益。"

（可那份计划书却大把地核算出了未来的收益。）

我："谢谢，希望我们合作愉快。"

听完了整个谈话，埃姆林先生一言不发。我知道一切都在掌握中了，只是安静地等待。他抬头看着我们："非常好，我们知道了真相。"

毫无疑问，我拿到了生意。那位对手其实一开始只要简单地说明事实就能拿到生意。而现在，他失去的不只是这笔生意，还有与客户再次合作的机会。他失去了尊严，还有信任。

几年前我也犯过同样的错误。那次的竞争对手是我的朋友，我至少也可以坐享一半生意，只要说说实话就行了。可是客户是一家公司的总裁，这笔生意的诱惑实在太大，我想冒点风险：夸大收益，误导客户。有人充当侦探向我们公司核查此事。不用怀疑，我丢了那桩生意，还失去了人们的信任，在竞争对手面前失去了尊严。更糟的是，我失去了自尊。

那是些痛苦的经历。我彻底反思，过了好几年，才恢复过来。想想这次丢脸的经历，我反而有些庆幸，得感谢这些错误，我才真正懂得卡尔·柯林斯的哲学。我下决心不去欺骗，不做那些连自己都不相信的事。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

赢得他人信任的正确方式

有一位律师朋友告诉我，律师做辩护时最关键的就是让证人来说服陪审团和法官。有时候律师在法庭上滔滔不绝的辩护词并不能让他们信服，甚至还要打点折扣。所以有一位可信的证人以及有力的证词会对法庭产生巨大的影响，这也能证明律师的辩护更为可信。

我从这里悟出了依靠“证人”的推销方法。那让我们用事例来看看“证人”在推销中的作用吧。

做保险推销的都知道，在我们与客户签约保险订单的时候，投保人都会在公司印制的“同意接受单”上签字。我就会将这些签过字的“同意接受单”影印一份，然后收集在文件夹中。这些具有签名的材料很有说服力，我想对于新客户还是有很大的影响力。比如在推销谈话即将结束的时候，我就会说：“先生，也许你会觉得我说的话有些夸大。不过我很愿意您能投保获得一份保障。您可以找一个人谈谈，我可以借用一下您的电话吗?”然后我就从收集的那些资料里挑选一位“证人”，接通他的电话。这些“证人”可能是新客户的邻居、亲戚或者朋友，有时候这种电话可能会是长途，但是更有效。当然，借用客户的电话找“证人”，我需要自己付费。

其实，我初次尝试这种方法时，总是担心客户会拒绝我。幸好，至今还没有客户拒绝，他们反而更愿意和这些“证人”谈谈。有时“证人”是客户的老朋友，谈话往往还会偏离主题。

的确，我也是偶然才从朋友的谈话中发现“证人”的作用，然后在推销中运用的，确实很有用。我很少用空谈来获得成功，有时候客户需要的就是“证人”的实例。我想你也看到过其他推销者所列举的很多方法，但是我使用的推销方法往往是逐条解决。每当这时，我倒觉得用“证人”的方法更有效。

那么这是否会打扰到“证人”呢？其实，他们都很热心向客户提供指导。通过这种方式完成交易时，我都会立即向这些“证人”表示感谢。他们都很高兴，因为他们既帮助我做成了生意，也帮助朋友或者邻居选择了好的服务，从而很有成就感。

几年前，一位朋友要给家里添置燃油锅炉来供暖。他去市场回来后，收到很多公司的产品介绍，其中一份是这么写的：“这里有一份使用我们锅炉的用户名单，他们都是你的邻居，你可以打电话问问琼斯先生，他有多喜欢我们的燃油锅炉。”这位朋友就按照名单给几个邻居打电话询问了情况，最后他也买了这种锅炉。事情已经过去几年了，但是他仍然记得那家公司推荐产品的方法。

前段时间，我在俄克拉荷马州土尔萨做了一次演讲，我就提到了上述的例子。后来一位推销员也运用这种方法取得了成功，他写信与我分享了他的故事：

“我在缅因州一家商店进行推销，我对店主说：‘哈里斯先生，俄克拉荷马州也有一家和你的商店规模一样的商店。上个月这家商店的顾客激增了 40 倍，因为商店正在销售一种全国范围内受保护的商品。如果你不嫌麻烦，你可以听听那家店主的话。’哈里斯先生很爽快地说：‘当然没问题。’我问：‘可以借用下您的电话吗?’他示意我可以用，我立即接通了那家店主的电话，然后递给哈里斯先生，让他们自己在电话里交谈。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

其结果当然是成功的，这是我所用过的最好办法。”

再给大家说一个事例，这是我的朋友戴尔·卡耐基告诉我的。

“我想去加拿大旅游，希望能找到一个有美食、睡觉舒适、能够钓鱼、狩猎的宿营地。于是我就向加拿大的旅游地写了信，不久便收到了40封回信。很多来信都说自己的宿营地是最好的，这倒让我更加犹豫不决了。幸运的是，其中有一封与众不同的信，老板给我提供了一份名单，说这些来自纽约的人最近都去过他的宿营地，让我向他们询问一下情况。

“我看见名单中有一位值得信任的朋友，我就给他打了电话，他对那个宿营地赞不绝口。是的，那里能够满足我的一切要求。通过这位朋友，我还知道了很多老板没有提到的信息。”

我想，其实其他宿营地也有不少“证人”，可是他们并没有好好利用这一资源，所以失去了赢得卡耐基先生信任的机会。

赢得他人信任正确而快捷的方法是：利用你的“证人”们！

让自己看起来是最棒的

30年来我一直坚守着一种信念：让自己看起来是最棒的。为什么我会有这样的信念？这还得从我初入推销行业说起。当时我们公司一位很有成就的推销员曾对我说：“我该跟你说说了，我看到你这副穿着打扮就忍不住发笑，简直有点像小丑。”虽然这个看起来像老油条的前辈说话让人不怎么舒服，不过我能理解他的一片好心。只是一个人的习惯很难改变，我起初也没太在意。

后来，他遇到我就用教训的口吻说：“你看你的头发那么长，像个推销员吗？我看还是像个橄榄球运动员。你应该每周理一次头发，让人看起来更精神！你怎么连领带也不会系啊，哎，应该找个人教教你。你看看你穿的什么衣服？这颜色搭配得也不协调，看上去真可笑。无论如何你也要找个行家教教你。”

“打扮很费钱的，我可付不起！”我辩解道。

“付不起？”他回敬了我一句，“真正会打扮的人不会浪费钱，反倒能给你省钱。听我说，我给你推荐一个专营男装的老板，我的朋友斯哥特。你就说是我介绍你来的，你可以直接给他说你没钱买衣服，但是想穿得体面些。告诉他如果能给你些建议的话，你今后就在他店里买衣服。这样他自然就会认真地教给你该怎么打扮。这样，你就可以既省钱又省时间，你在推销的时候就更能够得到客户的信任，自然，也能赚更多的钱。”

这一番话让我顿时惊醒，是的，以前从来没有人批评我的打扮。我不得不承认：他说的真是不错。

我去了一家高级美发店，做了个像生意人的发型，而且还预约了今后每周都会来。虽然这比以前的理发店花钱多了点，但是在工作中获得了更多的收益，这笔投资是值得的。

我又去了那位前辈推荐的男装店，斯哥特先生很热情地教了我如何打扮自己。他教我打领带，给我选了一套西服以及搭配的衬衫、袜子、领带，当然这些都是给的折扣价。他每挑选一件就给我讲解为何要挑这种颜色、式样，甚至他还给了我一本教人着装

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

打扮的书。此外，他还告诉我什么季节应该买什么衣服、买哪种合算。这帮我省下了不少钱。以前我真是不讲究穿着打扮，衣服穿得皱皱巴巴才换，斯哥特先生就说："衣服要常换，一套衣服不要穿好几天，即使你衣服少也要经常换。脱下来的衣服最好挂起来，裤子要熨直裤线，西服也要记得经常熨烫。"

此后不久，我已经不在意这些打扮所花费的钱了。因为斯哥特先生教我的打扮方法，已帮我节约了不少钱，而且我还添置了好几套衣服。

一位鞋店的朋友告诉我，和穿衣服一样，鞋也要经常换。勤换可以增加鞋子的使用寿命，而且使鞋子不易变形。

有人曾说过："不能以貌取人，但着装也说明问题。"是的，当你穿着打扮得体，你就会满怀自信，而且这种"衣着得体"也能帮你赢得他人的信任。记住：让人看起来你总是最棒的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章 交友的第一要诀是真诚

向林肯学习如何交友

有一次，我向一位年轻的律师推销保险。很明显，他对我的推销不感兴趣。最后我只能礼节性地离开，不过，我离开的时候说了一句话，却让他顿时眼前一亮。

“巴内斯先生，我相信您前程远大。我就不打扰您了，如果您不介意，我会继续和您保持联系。”这就是我临走时说的话。“前程远大？不知道你从哪里看出我的前程远大了。”这位巴内斯先生似乎在怀疑我的真诚，就像我在巴结他似的。我诚恳地告诉他：“我听过你在州长会议上的演讲，那是几个星期前吧，我至今记忆犹新。我想这是我听过的最好的演讲。哦，不仅我这样认为，我许多朋友也这样说啊。”他听了这话很高兴，可以说有些洋洋自得吧。我就借机进一步问他是如何学会在公共场合中演讲的，他很有兴趣地和我聊了起来。离开时，他满脸笑容地对我说： “欢迎你随时来访，贝特格先生。”

在此后几年时间里，这位年轻的律师接手了不少重要的案件，并且做得非常出色。可以说他是本地最成功的律师之一。当然，我和他成为了好朋友，也一直保持着亲密联系，特别是在很多保险业务方面。他后来成为宾夕法尼亚州制糖公司、密德维勒钢铁公司等大公司的法律顾问，甚至进入了这些大公司的决策层。最后，他从一名律师转型成为宾夕法尼亚州最高法院的法官。

在这些过程中，我一直对他说：“我从不怀疑，你会成为费城最好的律师。”当然，他也很乐于和我分享他成功的喜悦，我们是相互信任的好朋友。作为一位挚友，我对他的成功感到由衷的喜悦。不过，当他成为法官之后，我应该对他说：我相信你会成为本州最好的法官。我相信，我对他真诚的鼓励是相当有用的。我想，人们都会希望得到别人的信任，也希望被人期望“前程远大”。只要我们是出于真诚的信任和期望，我想他们也会真诚地回以感谢。

如何交友，我们伟大的总统亚伯拉罕·林肯曾经说过一段经典的话：“如果你想赢得朋友，首先你要让人确信你是真诚的。言谈中要体现真诚。也许他的判断力会质疑你的真诚。不过，真诚始终是唯一的方法。”经典的话历经时间的洗礼仍然有着震撼人心的力量。这段话对我确实很有帮助。

几年后，有人托我打听一位年轻人的情况。这个年仅 21 岁的年轻人在基拉德信托公司工作。我和他做了一笔小生意，发现他确实是一个年轻有为的优秀人才。有一天我很真诚地对他说：“你将成为基拉德信托银行的高层管理人员，甚至是总裁。”他以为我在开玩笑、痴人说梦。我不得不对他说：“我是认真的，你也该把我的话当真。什么能阻止你呢？你热情，有优秀的工作业绩，人际关系广泛，你拥有一切良好的素质。而且

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你很年轻，这是一笔宝贵的时间财富。你要明白，这家银行的所有高层都会退休，总有人要接替他们。你这么优秀，为什么不准备好做一个高层管理人呢?”

他似乎有些心动了。我就向他提出建议：参加银行业务学习；锻炼在公共场合演讲的能力。他听取了我的建议。一天，他所在的银行召集所有员工开会，负责人谈了银行现在面临很多困难，决策者们想听听下面员工们有什么建议。这位年轻人就勇敢地在会议上站起来，对着负责人和所有员工，说出了他解决银行困境的办法。他的话是那么令人信服和充满激情，所有与会者都感到震惊。会后许多朋友都向他祝贺。

第二天，会议召集人把他叫到办公室，高度评价了他的表现，并告诉他决策层已采用了他的部分建议。没过多久，他就升任为银行部门经理。如今，他已经是另一家大银行的总裁。

当然，作为朋友，他和他的公司购买了我推荐的保险。我根本不用担心有其他竞争者来抢保险订单。

多年前，我认识了两个年轻有为的朋友。他们的公司面临一些困难，所以他们感到很迷茫、压抑，甚至有了放弃的想法。我告诉他们，我经常在生意场听见他们的竞争对手评价他们的优秀成绩。我还询问了他们 5 年前开始创业起步时的情形，是的，万事开头难。他们就开始给我讲他们的创业故事。谈到过往的辛酸和喜乐，特别是说到是如何度过起步的艰难时，再看看现在遇到的问题，他们的脸上有了笑容。我鼓励他们说：“在这一行业中，你们就是最优秀的，你们不能放弃，因为有无数竞争者在你们身后。”实际上他们拥有出色的能力，只是年轻人容易迷茫，这时候正需要有人给他们适当的鼓励，鼓励他们走出低迷的情绪。

当我离开时，他们很热情地挽着我的胳膊，一直将我送到电梯门口。正当电梯门将要关闭的时候，他们提议：“您能否每周都能来我们这里一次?”以后的几年里，我常常去他们那儿，对他们说真诚的、激励的话语。当然，我也向他们推销保险。他们的公司发展得越来越好，他们获得了自己的成功，相应地，我的业务也增加了不少。

我从历史上的伟大人物身上获取过激励。当然，那些来自生意上的合作伙伴和朋友也给了我最大的鼓励，提供了最好的建议。当我告诉他们，我从他们那里得到了鼓励，并且取得了很好的成绩。他们总是愿意听我讲，他们是如何帮助我取得成功的。比如我和摩根先生的一次谈话。

摩根先生是某纸业公司的销售经理，有一次我和他聊天。我说：“摩根先生，你对我鼓励的作用太大了，让我赚了不少钱。”他以为我是在奉承他，并不相信我的话。他说：“你有什么就直说吧！别和我开玩笑。”我说：“我可不是开玩笑，我是真心的，记得几年前你们公司总裁对我说：您总是公司第一个上班的人，每天 7 点来公司，在其他员工来之前就打扫、整理好办公室。即便您升任销售经理后，您也坚持 7 点到公司。我当时就想，您 7 点到公司的话，那你在 6 点之前就起床了。所以我就向你学习，我参加了 6 点钟俱乐部。这令我感觉很好。这样，我每天就可以干更多的工作。多年下来，我就比别的推销员做得更好了。所以是您的行为鼓励了我，让我赚到更多的钱。”果然，摩根先生听我说完这些之后，非常高兴。然后很有兴致地和我聊了很多话题。当我离开后，我记下不少关于他的东西，比如他在哪儿出生，他妻子和孩子的名字，他未来的目

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

标，他的爱好等。把这类信息记录在卡片上的习惯，我已经坚持了 25 年。所以经常有人很诧异，为什么我对他们了解那么多。这也帮助我认识了很多朋友。

“您是怎么开始您的事业的?”这是一个我问过无数次的问题，而且是一个很有魔力的问题。它帮助我打开了很多推销工作的困局。人们通常会回答：“说来话长了……”然后他们就会开始回忆：他们的事业如何开始，遇到了些什么困难，又是如何克服的。我总是着迷于这样的奋斗故事，我觉得这样的故事很浪漫，很激励人心。对于讲述者来说，他们更会觉得浪漫，那些过往的酸甜苦辣都是美好而浪漫的回忆。而且他们也乐于向你讲述，如果你真的感兴趣，他们会以他们的故事来鼓励你；他们认为自己的经验对你有益，他们会告诉你所有的细节。“您是怎么开始您的事业的?”通过提这样的问题，那些忙碌得无暇顾及你的人，也会停下来和你谈话。我来举一个典型的例子，罗斯先生总是很忙，他对推销员的态度是：离我远点。下面就是我第一次与他见面时的谈话：

我：“先生，您好！我是贝特格，保险公司推销员，您认识吉米·沃克先生吗？是他介绍我来的。(我把吉米·沃克先生亲笔签名的名片递给他)”

罗斯：“（一脸的不高兴，接过名片，看了一眼就扔在桌子上）又是一个推销员。”

我：“是的……”

罗斯：“（很没有耐心听我继续说下去，打断我的话）你已经是今天第十个推销员了。我还有很多事要做，哪有时间听你们这些推销员滔滔不绝的废话。别烦我了，我没有时间。”

我：“我只打扰您一会儿，如果您今天没空，我可以约一个时间再来，明天可以吗?实在不行，再晚些也行。您看上午还是下午呢?我不会耽误你太多时间，20 分钟就行。”

罗斯：“我说过了，我根本没时间。”

我：“（我用了整整一分钟仔细看他正放在地板上的产品）您的工厂生产这些?”

罗斯：“嗯，(他看见我对这些产品很有兴趣）是的。”

我：“您做这一行多长时间了?”

罗斯：“哦，有 22 年了。”

我：“您是怎么开始做这一行的呢?”

罗斯：“（仰身靠在椅背，神态可亲）说来话长了。我 17 岁就开始到工厂干活，我在工厂里辛苦干了 10 年。积累了一点资本，然后自己开了现在这家公司。”

我：“您是在美国出生的吗?”

罗斯：“不是，我出生在瑞士。”

我：“那您肯定年纪不大就来美国了吧。”

罗斯：“嗯，是的，我 14 岁就离开了家，在德国短暂停留过，然后就来到了美国。”

我：“那您是带着一大笔资金来这里开创事业咯。”

罗斯：“(微笑着）哪里，呵呵，我最初只有 300 美元起家，干到现在，达到了 30 万美元。”

我：“那真是了不起，我想您的这些产品生产过程也很有趣吧。”

罗斯：“（站起来走到我身边）不错！我们的产品在市场肯定是最好的，我为我的这些产品感到骄傲。你愿意到我的工厂里去看看吗，看看这些产品是如何生产出来的?”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我："太荣幸了，我很想去看看。"

然后，罗斯先生手搭在我肩膀上，陪着我一起去参观工厂。虽然这次见面，罗斯先生并没有购买我的保险。可是在这之后的 16 年里，我向他卖出了 19 份保险，还向他的儿子们卖出了 6 份。最重要的是，我们还成为了好朋友。

我为什么在各地都受欢迎

作为一个渴望改变命运的年轻人，我知道自己的问题在于：很难快速找到改正错误的方法。特别是在我苦难的童年时期，那些苦难的生活至今记忆犹新。

父亲很早就过世了，母亲拉扯着我们 5 个孩子生活。为了让我们活下去、上得起学。她不得不去做浆洗、缝补衣服的活。可是到了寒冷的冬天，由于家里没有暖气，除了厨房做饭时还有点温度外，室内和室外一样寒冷，而且房间里也没有地毯。天花、猩红热、伤寒等疾病随时会降临到我们身上。最后，饥饿、疾病夺去了我们家 3 个孩子的性命。这样的生活境况让我们的生活毫无乐趣，甚至我们生活的希望之火也在逐渐熄灭。

我不得不出去挣钱，沿街叫卖东西。可是不久，我就发现自己有很多的缺点。是的，这些都是我叫卖东西时的弱点。我的表情总是愁苦孩子的忧郁，这是多年苦难生活的写照。然而，我不得不告诉自己，我必须做出改变。我努力去做，很快，无论是在家里、在社会上、在事业上都收到了效果。

最初，我每天早晨要花 15 分钟洗漱，强迫自己带着笑容出门。但是我发现这种虚伪的职业微笑也没让我多挣什么钱。这种强颜欢笑肯定不能取代那种发自内心的真诚的笑容。

不过即使是这种职业微笑我都难以坚持。因为在我每天早晨进行那 15 分钟的洗漱时，我的内心依然是带着疑虑、恐惧和担心。所以无论我怎么强颜欢笑，不久后，我又不知不觉地恢复到忧郁的神情。怎么才能让一个生活在苦难之中的孩子抛弃忧郁、面带微笑啊？我只能努力抓取那些快乐的回忆，来强迫我挤出微笑。

我这种矛盾的身心体验，可以用哈佛大学哲学家威廉·詹姆斯的理论来说明。他说："经历和感觉似乎截然不同，有了感觉才有经历。其实两者同时存在，我们限制感觉表现出来的行为，如表情，但是我们不能限制我们的感觉。"是的，我不能用虚伪的表情来欺骗自己内心的感觉，所以我必须用真心的欢乐来激发真诚的笑容。

后来，我就开始试着这样做。进入别人办公室进行推销前，我要事先想想该说些什么，然后面带着微笑走进去。在推销前后，我都一直保持着微笑。秘书小姐进去通知老板，然后引我进办公室。在我的微笑感染之下，她们也会面带微笑。

和擦肩而过的人打招呼的时候，也许你唠唠叨叨说了很多寒暄的话，但都比不上你简单而真诚的微笑更受欢迎。如果你和熟悉的朋友打招呼，那你就不妨面带真诚的微笑直呼其名，真诚的微笑具有无穷的魅力。不知你们是否注意到：好运气似乎总是偏爱那些真诚、富有激情的人，而歹运则总是与那些忧郁的人相伴。

电话公司做过一次声音与微笑的调查，发现带着微笑的声音能够获得更好的效果。你现在就可以拿起电话，来一次面带微笑的谈话，感觉一下不同。最好在你的电话前挂

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一面镜子，让你也看到自己的微笑，也许你就可以发现是否有微笑的差别。我曾在演讲的时候，对数以千计的人建议：在 30 天时间里，面带微笑去做所有事情，有 25%的人表示愿意做这种尝试。最后的结果怎么样呢？这里我们不妨摘录一位男士的一封信来加以说明：

"……本来我已经和妻子决定要离婚了，因为我认为婚姻的失败全是她的错。我不仅在心里抱怨她的错误，而且经常在家里发脾气，数落她的不是。从此家里也就失去了往日的欢乐。后来，我才认识到，这都是由于我郁积的消极情绪，让我神情忧郁，失去了往日的积极态度。我的这些消极情绪最后伤害了我最亲爱的人——我的妻子和孩子。我意识到这不完全是妻子的错。自从认识到自己的缺点后，我开始努力改变自己，一年后我又成了积极向上、快乐阳光的人。我和我的妻子、孩子又重新欢乐地生活在一起。人们又看见了我的微笑，我的事业也有了惊人地发展。"这位男士对微笑所带来的结果是那么满意，以至于他持续不断地给我写了好几年的信。

陶鲁斯·狄克思曾说过："女性的微笑是击败脆弱男性的最好武器，当然也是鼓励脆弱男性的最好方式。然而很多女性却不把鼓励男性当成是美德和责任。因为她们认为最好是将丈夫留在家里，这样就可以更好地维持婚姻。当男人们知道家中有一个女性在等他，没有一个男人不赶紧回家的，她的笑容就是他所需要的灿烂的阳光。"

你也许还觉得这不可思议，带着笑容就会快乐？朋友，你不妨试试，面带着微笑去面对一切事物，你就会亲身感受到这其中的奥妙。你可以从自己身边最亲爱的人开始，看看自己面带微笑对着妻儿会有什么效果。面带微笑是拒绝忧郁最好的办法之一，面带微笑到哪里都会受到欢迎。

学会记住人们的姓名和面孔

我曾在费城男基督教青年会讲授过一年的营销课程。在这期间，我听过一位记忆专家讲授的记忆训练。这让我懂得了如何记住别人的姓名，以及记住别人名字的重要性。后来，我也阅读了有关书籍，听了一些讲座。在生意和社会交往中，我也有意识地去使用这些记忆方法。而且，真的产生了奇异的效果。这之后，我可以比较轻松地记住那些名字了。那位专家教给我记住名字和面孔的 3 条原则是：印象、重复、联想。

是的，这 3 条原则，看起来比较简单。不过在现实中，你如何去运用，还是一门需要学习的技艺。我不妨多花些笔墨来详细解释一下各条原则。

第一条，印象。心理学家说：人的记忆力问题其实是观察力问题。是的，我在现实中也认识到了这一点。我以前总是记不住一些名字，为什么？因为我很少注意，甚至毫不注意这些名字。所以在很短的时间里，这些名字只是在我眼前或者耳旁飘过，根本就没有被我的大脑存储。如果有人因为对我毫不在意而忘了我的名字，我就会觉得心里不舒服。同样，如果我也不能正确地牢记别人的名字，那简直是不可原谅的无礼。

怎样才能很好地记住别人的姓名呢？如果是因为你没有听清，你可以礼貌地说："您能再重复一遍吗？"如果你还是不能肯定的话，你就要很诚恳地说："抱歉，您可以告诉我怎么拼写吗？"我想，你要正确而清楚地记得他的名字，他是不会反感你这些问题的。所以记住别人的名字和面孔，首先你要提高你的注意力。是的，不要再想别的什

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

么事。比如，你和陌生人见面，你多留意他的名字和面孔，这也有助于缓解你的约束、谨慎。

我曾经就遇到这样的情况。有一次与几个人会面，其中一个人的名字叫克林克斯克尔斯，这个名字的发音不太容易。我说："您能再重复一下你的名字吗?"他重复了一遍，可还是含混不清。我又说："您能告诉我怎么拼吗?"他教了我怎么拼写。我说："您这个名字可不常见，您能不能再告诉我怎么才容易记住呢?"他感到厌烦了吗？他不但没有感到厌烦，反而是不厌其烦地教给我怎么记。这样我怎么还会忘记他的名字呢?后来我们不期而遇时，我直接地叫出了他的名字，你想他能不高兴吗？当然我也是很高兴。注意他名字的发音和拼写，这有助于记住他的名字。

注意力，最重要的就是眼睛。我们常说眼睛就像是心灵的照相机，它会如实记录我们所留意的事物。这怎么来证明呢？很简单，你闭上眼睛，然后在你的头脑中放映你看到的面孔。你还可以将名字和这些面孔对应联系起来。这就是通过注意力加深印象来记忆人的名字和面孔。

第二条，重复。你可能经常遇到这样的情况，刚给你介绍的人，你很快就忘记了。即便当你不断重复好几遍之后，你可能还是会忘记。其实，重复是可以加深记忆的，只是需要使用合适的重复方法。

在和别人谈话的时候，你可以多次提及他的名字，而且是用多种谈话方式使用他人的名字。比如，莫斯格拉夫先生，您是不是在费城出生的？如果你很难读出这个名字的音，你千万不要不懂装懂。因为现实生活中，我总是遇到很多人采取回避的方式。如果我碰上一个较难发音的名字，我就会问："您的名字我念的对吗?"而且人们也很乐于帮你念出正确的名字。同样，如果你想让别人也轻易地记住你的名字，你也可以在他面前多次重复你自己的名字。

还有一种方法，我们刚刚见完一个人，离开后，就立即把他的名字记下来。这的确是一个很有用的方法。当然，有时候我们要同时见几个人，很难把他们的名字都记住，一位朋友教了我一个好办法。我的这位朋友记忆力很差，但他摸索出了自己的记忆方法，而且有很好的记忆效果。在参加一些大型会议时，他就经常演练自己创立的方法。

这种记忆方法大体如此：与一群人见面时，先记住三四个名字，当然，你可以花一点时间，把这些名字粗略地记下来。然后再记其他的人，试着把他们的名字编成一句话，或者一个故事，然后牢记在心。比如在一次有 50 个人参加的宴会上，这些名字有长斯尔、凯米尔、欧文斯、克德温、柯撒尔等。是的，你可以将这些名字的谐音编成一句话，而且记忆效果颇佳。当然，并不是所有的名字都能编成一句话，最关键的是你要记住这种方法，在合适的场合就可以好好运用。例如，最近我与牙医学会的 4 位医生见面。我想起了一个神话故事，并利用谐音把他们的名字编成了一句话，这样，我很容易就记住了他们的名字。

你也许经常会遇见这样的情况，与人见面时忽然想不起他的名字。我现在教给你一些避免这些尴尬情况出现的方法。

首先，不要着急，这种事谁都会遇上。你可以承认自己忘记了他的名字，当然你要用一种带着玩笑的语气说："我从不忘记别人的名字，可是因为您太出众了，我竟一时

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

忘记了您的名字。”

其次，和熟悉的人打招呼时，尽量叫出他的名字。我想人们也是乐意别人叫他的名字的。只要你每次见面都记得叫名字，不断地重复，加深记忆。今后你就不会觉得这人面熟而想不起名字了。

最后，你要去与某人见面前，最好先熟悉一下对方的名字。在记忆许多人的名字时，你可以运用“重复”的方法。你可以利用零散的时间，比如将需要记住的人名列一个名单，然后利用茶余饭后的时间常念念，我相信一个星期你就可以记住这些名字了。

第三条，联想。我们如何才能把一些需要记住的事物根深蒂固地锁在大脑里呢？无疑，联想是最重要的因素。我们经常会因为某些事物的触发，回忆起我们遥远的儿时情景。前不久，我在新泽西大西洋城的一个加油站加油，加油站的主人认出了我，虽然我们在小学的时候见过面——那也是 40 年前的事儿了。这太让我吃惊了，因为以前我从未注意过他。

“我叫查尔斯·劳森，我们曾经在同一所学校读书。”他很激动地望着我。而我，早就忘记了这个名字，我还在想是不是他认错人了。不过他很快就提到了我熟悉的一些名字。他见我还有些疑惑就接着说：“你还记得比尔·格林吗？还记得哈里·施密德吗？”

“哈里！当然记得，”我回答道，因为哈里是我最好的朋友之一。“你还记得吧，由于那段时间流行天花，贝尔尼小学停课了，我们一群孩子就去法尔蒙德公园打棒球，咱们俩还是一个队呢？”哦，贝尔尼小学、法尔蒙德公园，这些关键词让我联想到了我的童年。我记起来了！“劳森！”我叫着跳出汽车，使劲握住他的手。我想这就是联想的魔力，它让我回忆起 40 年前的事了。

人们记住你的名字困难吗？你可以寻找联想的记忆。比如我的名字：贝特格，不怎么顺耳也不容易记住。幸好，有一家人寿保险公司的名称的发音和我的名字发音相近。于是在介绍我的名字时，我总是用这种联想、谐音的方法来告诉对方，这种方法还挺有效。

我相信人们都乐意记住你的名字，如果忘记了熟人的名字，这真是很尴尬的事情。只要你愿意，我想，人们也乐意告诉你怎样记住他的名字。此外，如果你与很久未见的朋友见面，你最好首先说出自己的名字，这样可以避免对他的窘迫，我想这对任何人来说都是好事。

你要知道，其实每个人的名字后面都有一个故事，是的，当你怎么也记不住一个名字时，你可以问问这个名字的来历。也许这个名字背后就有一个浪漫的故事，而且很多人也愿意谈论这个故事，毕竟这比谈论天气更有兴趣。

有时，当你记住别人的名字后，可能会获得超乎想象的回报。我有一位朋友，他 19 岁时从爱尔兰来到美国，在一家百货连锁店里清洁卫生。后来他成了总店的副总经理，一直到 52 岁退休。他就通过利用联想的办法记住了公司管理人员的名字，甚至还记住了他们妻儿的名字。无论是这些管理人员的家里出现了生病或是遇到困难，他都赶去帮忙。虽然记住人名和面孔并非他成为副总经理的唯一原因，但是我相信这是相当主要的原因。

我曾经问他是否专门训练过记忆力，他笑着回答：“我没有专门参加训练，在工作

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的时候，我总是带着一个笔记本，每当和一个负责人谈话之后，我就立即记下他的名字，有时候还有他们家人的姓名、年龄等信息。几年之后，我几乎认识了所有的负责人，也用不着用笔记本了，除非又有新人到来。”

其实，作为一名推销员也是如此，我们不但要记下客户的姓名与电话号码，还要记住他们的秘书与接线员的姓名。在谈话时，我们可以叫出他们的名字，让他们感到我们注意到他们的重要性了。这些人可能为你的工作带来很大的帮助，其价值是无法估量的。

很多人都告诉我他们记不住别人的名字，我对此并不吃惊。因为他们面对这些问题，习惯于束手无策。为什么不付出一些脚踏实地的努力呢？你可以运用印象、重复、联想的方式记住这些名字。只要你用心付出了努力，你很快就会发现自己的记忆力有所提高。你可以用卡片记下你每天遇到的人名，累积到一周的时间，你可以做一次回顾，看看你是否记住了更多的人名。

推销员失去生意的最重要原因

罗克岛铁路公司要在密西西比河上修建一座铁路大桥。那时候马克·吐温还在这条河上当船员。这座跨河铁路大桥会连接伊利诺可的罗克岛和爱荷华的达文波特。可是那时候的内河航运发达，各个地方用牛车、大篷车运来小麦、熏肉以及其他物资，抵达河岸的港口，然后用船运往大城市。轮船主们都依靠着这河上的运输权来赚钱。

然而，铁路大桥的修建将严重影响到轮船的航行，所以轮船公司便将铁路公司告上法庭，希望阻止修建大桥合约的签订。这是美国运输史上一桩著名的诉讼案。

法庭辩论的那天，旁听席座无虚席。轮船公司雇用了律师韦德，他曾经是河运界最著名的律师。韦德在法庭上滔滔不绝地对听众们讲了两个小时，他甚至暗示案件的判决可能引起工人的抗议或罢工。他的声音大得就连在法庭外面也听得到。

轮到罗克岛铁路公司一方的律师发言了，听众们无不为他感到惋惜。他怎么能够说得过滔滔不绝发言两小时的韦德啊？不，他的辩护仅仅用了一分钟，他不紧不慢地说道：“首先要向控方律师的滔滔不绝辩护表示祝贺。然而跨河运输要远比内河航运重要。陪审团的先生们，你们要做出裁决，唯一要考虑的是：就未来的发展而言，跨河运输与河内运输，哪一种方式更为重要？”说完他就坐下了。

陪审团没用多少时间就作出了裁决。这位衣着简陋、身体瘦削的，来自穷乡僻壤的律师的话感染了陪审团。当然也就注定了裁决的结果。这位不起眼的律师，他的名字就是亚伯拉罕·林肯。

林肯总是能够快速而准确地抓住案件的核心，以简明扼要的语言辩倒对方。我是林肯总统忠实的崇拜者。我读过他在历史上的许多演说。在这次著名的诉讼案中，他以一分钟的辩护词驳倒对方两小时的长篇大论，给我留下了最深刻的印象。因为我知道喋喋不休是最坏的习惯。

我曾经就因为这种恶习，在生活中以及事业上屡屡失败。你知道，即便是对你最好的朋友这样喋喋不休，他也会表示厌烦的。我的一位好朋友曾私下里对我说过：“你知道吗，你总是滔滔不绝地说，我都无法插嘴提问。明明一句话就能说清楚的事情，你却

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

要说上 15 分钟。”当然更多的教训是在和客户谈生意的时候。有一次，客户很不耐烦地对我说：“有话就直截了当地说出来，别给我东拉西扯地说那些琐碎的事情。”这让我认识到自己喋喋不休的恶习，让我失去了不少推销的订单，而且叨扰了朋友和客户，也浪费了自己的时间。

所以我开始要求自己长话短说，学会言简意赅地表达。我让妻子监督我，无论何时，只要发现我又在喋喋不休了，就往嘴唇上竖起食指。我就这样坚持使自己用简洁的语言表达自己。经过几个月的努力，我学会了言简意赅地说话。其实直到现在，我仍然在与喋喋不休的恶习作战。我总是用力压制着我那如簧的嘴舌，但偶尔也会忍不住，又开始用 15 分钟来谈话了。

你是不是也有这种恶习？你是否也这样说话停不下来？你是否也总是纠缠那些琐碎的细节？如果有，就赶快在自己的头脑里安一个闹钟。如果听话的一方已经感到厌烦，你就要立刻打住，尽量学会用简洁的语言达到最优的说服效果。

作为推销员，我知道，虽然我们知道的并不很多，然而话却可以说一大箩筐。最好的说明就是前不久通用电气副总裁说过：“为什么推销员会失去销售的机会？对于这个问题，我们各个销售公司进行了一次表决，1/3 的人认为是因为说得太多。”

是的，特别是在电话交谈的时候，更应该避免喋喋不休。那让我来告诉你如何把电话交谈时间减少一半。打电话之前把要说明的事项列在一张纸上，然后说：“我知道您很忙，有这样几件事要讨论……”当你依次把几件事说完，对方也就知道了谈话即将结束。

《圣经》的《创世记》作者就是一位言简意赅的大师，他只用了 442 个字来讲述创造世界的故事，比我这一节的文字还少一大半。

如何消除对大人物的恐惧

有人曾问我面对那些大人物是否害怕过？我岂止是害怕，简直可以用惊恐万分来形容。不过那都是我刚入行做推销员时的情形了。当我刚刚开始做人寿保险的推销员时，我知道要想在人寿险推销方面成功，就必须和那些大人物打交道，向他们销售保险。换而言之，以前是做点小推销，现在可是要真正去做大订单了。

我面对的第一个大人物是海岸汽车公司的领袖人物——休斯先生，我可是经过了多次预约才有幸和他见一面。当他的秘书把我领进他装饰豪华的办公室，我突然变得紧张起来，浑身发抖，根本就说不出话来，我就战战兢兢地呆立在那里，休斯先生惊异地看着我。是的，我必须说话了，虽然是结结巴巴的，但是我也努力走出了第一步，承认自己的紧张。我结结巴巴地说：“休……斯先生，嗯，我很早……就想看你了，嗯，对，我……现在来来……可，可是我太紧张了。”

休斯先生很和蔼地对我说：“这就对了，我年轻的时候，最初也像你刚才那样。来，坐下，放松一点。”当我承认自己紧张了，又听到休斯先生说他曾经也如此。我心里的恐惧、担心都不复存在了，思绪混乱的头脑也开始清醒，身体也就不发抖了。休斯先生似乎成了我的挚友。他鼓励我向他提出问题，是的，我可以向他提出保险的建议，我想他可以让我完成这次推销。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

虽然我那次并没有向休斯先生卖出保险，但是我却收获了比一份保单更有价值的经验教训。我认识到了这样一条原则：当你感到害怕就应承认。

其实，不仅是像我这样的推销员会因为恐惧而紧张得说不出话来，即便是那些经常在公共场合抛头露面的成功人士也难免紧张。1937 年春天，美国戏剧艺术学院在纽约帝国剧院举行毕业典礼，莫里斯·伊文斯，当时世界上最杰出的莎士比亚剧演员，将会作为主要发言人做演讲。不过，这个在舞台上能够流利表达莎翁剧作的人却紧张了。我当时听到他没说几句话之后就开始紧张得无法继续了。最后，他不得不说："我感到害怕，面对这么多重要的嘉宾，我说不出来了。我做了很多准备，可是我现在仍然不知道要说什么。"可听众们却依然喜爱伊文斯，他公开地承认他的恐惧，无论老幼都为之感动。

二战期间，在一次午餐聚会上，我听过一位海军军官的演讲。他在战场上以勇敢而闻名，当时很多听众都热切期待着他的演讲，希望他将前线充满惊险的战争场面讲给我们听。他慢慢走到讲台上，从衣袋里拿出演讲稿，然而他拿着讲稿的手却在不停地发抖，而另一只手不知道该放在哪里。他只是结结巴巴地念出了演讲稿的几句话，然后声音就慢慢的没有了。他沉默了许久，窘迫但诚实地说道："我太紧张了，面对着听众比我在战场上面对日军还要紧张。"听到这一番诚实的表白，在座的每个人都用微笑和掌声向他表示鼓励。他收起了演讲稿，开始了自信、充满激情的演讲。

这位海军军官所遇到的，也是莫里斯·伊文斯所遇到的，也是我所遇到的，同样也是我们其他人所曾遇到的。当我们感到恐惧、紧张而不知所言时，我们就要承认和接受，而且要毫不掩饰地承认和接受。

关于这一点，我曾撰写了一篇文章《当你感到恐惧，你要承认》，发表在《你的生活》杂志上，不久，便收到了一位来自太平洋前线的士兵的信，信是这样写的：

亲爱的弗兰克·贝特格：

我刚读完您发表的文章。对于一个刚刚走上战场的士兵来说，《当你感到恐惧，你要承认》是很好的文章。其实在入伍以前，我也存在您文中提到的那些情况。我在公众场合中容易感到紧张，比如在高中和大学的演讲；即便是去找工作，和雇主谈话也让我恐惧；甚至在我和一位女士约会时，我都感到紧张得无法交谈。

您可能会感到疑惑，我现在已经进入战场了，怎么还会在万里之遥给您写这封信？其实不论是在公共场合中演讲，还是在找工作中与雇主谈话，我一直在试图消除内心的恐惧。可是我一直没找到最好的方法。您知道，恐惧的情绪会影响人的很多行动。看过您的文章后，我明白了，'你要承认'这一建议在我们面对日军时也是正确的态度。

在战场上，很多人都不承认自己的恐惧，可是到了战斗时，他们就被看出来是说大话了。我想说大话欺骗自己也欺骗别人，不是正确的选择。我们只有承认自己的恐惧和紧张，这才是正确克服恐惧心理的第一步。感谢您的文章，我真心地希望那些幸运的学生们、工人们能够有机会去实践您的建议。

对于那些经历着公众恐惧的人，也许你现在正在阅读本书中的这封信——这封来自太平洋前线的信，你是否是他们中的一员？

回首往事，我曾经拥有那么多机会，然而因为恐惧而不敢冒险，不敢去与那些大人物打交道。我是多么懦弱愚蠢啊！幸好，在我进入推销行业不久就遇见了休斯先生。我

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

承认了自己的惊恐，他告诉我他年轻的经历，打消了我的顾虑。我想，如果我不承认我的恐惧，恐怕我早就被轰出去了。

承认恐惧并不丢脸，不去努力克服才丢脸。所以不论你在公开场合面对成百上千的人，还是在办公室独自面对着某个大人物，一旦你觉得自己恐惧、紧张了，请记住这么简单的一句话：当你感到恐惧了，承认它！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章 先把自己推销出去

推销之前的推销

有一次度假时，我站在轮船甲板上看着轮船慢慢靠岸。当船靠近码头时，一位船员用细绳系着一个棒球大小的东西抛向码头。岸上的人伸出手接住，然后再慢慢拉住细绳将船往岸边拉，而细绳后面连着一段很粗的缆绳，一起拉向码头。这样，船就靠岸了。我向船长请教，他说："那根细绳叫抛接绳，像棒球的东西叫猴子爪。没有抛接绳和猴子爪，我们就没办法把粗缆绳抛到岸上。"

眼前的一切让我学会了如何去接近客户，也让我明白了为什么以前会错过很多潜在客户。原因就在于我老是想直接地把粗缆绳抛向岸边。比如，前两天，一位面包批发商愤怒地把我轰出了他的面包房。因为我没向他提前预约就直接向他推销保险。当时，我直接走进他的面包房，他并不知道我是推销保险的，听我不停地推销，他顿时就发火了。让我吃惊的是，我自己怎么会如此愚蠢。

那次度假归来，对于如何接近客户的问题，我请教了一些资历丰富的推销员，他们都说这是推销中最艰难的环节。当然，我也找了相关的书籍来阅读。我开始明白，因为我不知道怎么接近客户们，又怕有的客户恼火将我轰出来，所以我总是在进门之前紧张、踌躇。

但是我得到如何接近客户的答案，并不是从推销员或者书上得来，而是从我们要接近的客户那里得到的。我从他们那里得到了以下两点有益的启迪：

第一，客户喜欢那些真诚、简单明确的推销员，厌恶那些身份不明、所在公司声誉不好的推销员。

第二，最好是提前预约来访。若未提前预约，推销员应该先表示歉意，询问是否打扰客户了。这样做的话，至少不会像我那样被轰出来。

几年后，我的一个朋友在培训推销员时说："接近那些你们从未接触过的客户，你们最好先花 10 秒钟简单介绍自己，是的，这就是在推销之前的推销，先把自己推销出去。"

如果我要去造访一个未预约的客户，我会说："您好，我是弗兰克·贝特格，是保险公司的推销员。我现在正在您的邻居家，他推荐我拜访您，您现在能和我谈 12 分钟吗？或是晚一点再给您打电话？"通常对方会说："你想和我谈什么呢？"我会说："谈谈您自己。"他就会惊异地问："谈我的什么事呢？"这时候就是接近客户的最好机会了，所以在给未预约的客户打电话之前，一定要预备好你的问题，让客户有兴趣和你继续接触。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

作为推销员，我们应该真诚地为客户着想。我们所推销的东西都需要客户掏钱，所以我们应该真实地告诉客户，这会增加他的负担。如果你要谈论关键的问题，他一定毫无保留地和你畅谈怎么节约开支。在与客户谈论话题时，还需要注意你的谈话对象。家庭主妇最关心的是肉类、黄油、鸡蛋、牛奶等的价格，所以她们乐于听到的是如何节约在食品方面的花销，而不是如何选购节约的冰箱、洗衣机；那些急于在事业上有所成就的青年人可能对商会不感兴趣，他们真正关心的是如何扩大交际、增加人脉、获得更多的认可，怎么能更出人头地、增加收入。

有时候，接近客户不需要准备什么好听的客套话，也许有一个和他共同的兴趣是最好的选择。举一个例子，这是我一位朋友的亲身经历。

“那是我第一次尝试着去大城市推销，是的，在此之前我从未去过纽约。我在纽约的一个站点下了车。我走进一家商店，我确定这家店主将是我的客户。他正招呼着其他顾客，他 5 岁的小女儿正在地板上玩耍。小家伙很是可爱，我很快就成为她的好朋友。当我的客户忙完手中的活，我立即作自我介绍。不过，他说他已经很久没购买我们的产品了。在这样的情况下，我并不急于谈生意，我们谈了他可爱的女儿。他很高兴，邀请我晚上去他们家作客，因为今天是她的生日。然后我在纽约逛了一圈，晚上就去参加小女孩的生日晚会。我在他们家度过了一个欢乐的夜晚，一直待到很晚我才离开。让我惊喜不已的是，我和他签订了一笔我当时拿到的最大订单。我并没有极力推销什么，只不过很友善地对待客户的小女儿，因此给客户留下了好印象，也建立了良好的关系。”

他后来总结说：“和客户聊他们喜爱的事，这是我 25 年推销的经验，我想，这就是接近客户最好的方式。”我的这位朋友后来成为公司的销售部经理，再后来是总经理、总裁。

当然，我们不是总能够和客户谈他们感兴趣的事，更难以和客户的小女儿玩。但是，我想，我们还是有办法和客户交上朋友的。前不久和一位朋友一起吃饭，他给我讲了他的故事，他是最成功的推销员之一。

“多年前，我还是年轻的推销员，我去纽约向一位大制造商推销产品，但是一直碰壁。一天我又来到他的办公室，他看见我，很不耐烦地说：‘我今天没时间，现在我正要去吃午饭。’看来我必须抓住这个机会了，于是我说：‘您能带我一起去吗?’他似乎有点惊讶，但还是说：‘那就一起去吧!’吃饭的时候，我压根就没有说推销的事。不过他回办公室后，就给了我一笔小订单。这可是我从他那里得到的第一笔订单，后来我又从他那里得到了源源不断的订单。”

1945 年 5 月，俄克拉荷马一位鞋店推销员创下了一天销出 105 双鞋的记录，顾客是 37 名妇女和儿童。他的推销诀窍是什么？我特意去了他的鞋店，问他是如何做到这项纪录的？“每位顾客来到鞋店，他们是否买鞋，这就要看你如何接待他们了。”这就是他的回答。

后来我就用了一整天的时间来观察他如何接待顾客的。我发现，这关键在于他的接待态度。是的，每位路过的顾客，他都以真诚的微笑、轻柔的话语招呼着，这让顾客有宾至如归的感觉。在推销之前，他就让顾客拥有了一个好印象。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

通过上面几位推销员的成功案例，我们可以总结出一个接近客户的重要原则，“推销自己”，是的，这是推销之前的推销。我从中受益匪浅，本节将要结束，我以一次推销的对话作为结语。希望你能够明白，并将这一原则运用到你的实际生活中。

我：“柯泽先生，我不能仅凭您的眼睛颜色或者头发颜色来评价您，这就像医生没法诊断一个一言不发的病人。”

柯泽：“（略带反感地）你说得没错。”

我：“我现在，希望您能对我说点什么。或者是，为了给您提供一个有力的保障，我需要了解您的一些情况，我可以问您几个问题吗？”

柯泽：“（有点不耐烦）有什么问题就问吧。”

我：“有的问题若不愿回答，您可以不回答。我会对这些问题保密的，如果这些信息泄露出去了，我想，那肯定不是我的原因，所以我也希望您严守秘密。”

说完这些后，我便递给了柯泽先生一份问卷调查：

1. 如果你去世了，你妻子每月最少需要多少钱来维持生活？
2. 你希望 65 岁时每月最少能有多少收入？
3. 你的房产债是多少？
4. 你的股票、债券等有价证券价值多少？
5. 不动产价值多少？
6. 手头有多少现金？
7. 每年的收入是多少？
8. 你本人以及你的家人是否购买了人寿保险？
9. 每年支付多少保险费？

这是我通常的做法，在客户回答我的提问之前，先填写这样的问卷。我花费了数年的时间来设计这份问卷，虽然问题不多，但基本涵盖了客户的信息，包括了他现在的情况和未来的计划。然后我可以适当根据客户的回答来提问，这样的提问只需要花费 5～10 分钟，客户可能也会以极大的兴趣关注这些，谁不关注自己的未来利益呢？

然后我收回问卷，仅提出了一个问题：“柯泽先生，退休后您打算做些什么呢？换句话说，您有什么嗜好吗？”听了他的回答，我就把问卷放回公文包，然后起身对他说：“柯泽先生，谢谢您告诉我的这些。我会根据您的情况，为您制订一个对您很有益的保险计划。等我完成了这个计划，我会立即给您打电话，再约一次会面，您看这样行吗？”

如果您在实际推销中也遇到了这样的案例，你就可以直接提出那些至关重要的问题。然后根据当时的情况，选择一个好的时机来约定下次约谈，而且还要预想好下次该说些什么。

你要注意，如同医生妥善保存病人的病历那样，你也要为你的客户保存好这些问卷。这份问卷是你为客户制订下次谈话内容的重要依据。而且，如果你真诚为客户着想、服务，随着客户事业的发展，他们也许会把未来的进程也告诉你。因为他们已经将你视为诚实可信的人，你既能和他们一起面对困难，也能分享他们的成功欢乐。

你应该将接近客户的谈话好好记录下来，可以每天看看。当然你不必时刻惦记着这

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

些谈话，你只需要多运用这些原则，直到这成为你下意识地自觉行为。

预约秘诀

我每周五都会去名叫“红室时光”的理发店理发，这一习惯已经持续了 31 年。现在的店主，9 岁时就开始在这里当学徒。当时他年纪小、个子矮，就站在凳子上给顾客理发。他的理发技术很棒，甚至很多顾客都认为他是世界上最好的理发师。

即便这家理发店有着如此优秀的理发师，可是在 1927 年的经济大萧条时期也面临着不小的困境。理发店的生意清淡，甚至有些入不敷出，欠了房东 4 个月的房租，如果再不交房租，他们就要被轰出去。

一个星期五下午，他正在给我理发，我从镜子里看到他面色惨淡。我就问他到底是怎么回事。他就对我说了理发店面临的困境，最要命的是，最近妻子又生了个儿子。我们正在谈话的时候，一位顾客走进来，问店主大概需要多久才能轮到他理发。店主说很快，这位顾客很不情愿地坐下来，边等边看杂志。

我突然想到一个主意，就对店主说：“你可以提供预约服务啊!”他回答说：“贝特格先生，理发这种事怎么能预约呢？我知道人们可以和医生、律师预约，却没听说过预约理发。”

我却不这样认为：“为什么不行？以前我也认为推销工作根本不需要预约，可是后来一位推销员告诉我应该尝试预约的办法，我试了才知道好。既然顾客们喜欢你为他们理发，他们就不愿意在这里久等，我敢打赌，这位正在等待的先生肯定愿意预约每周某天来这里理发。”那位顾客听了我的话，肯定地点了点头，而且很快就向店主约定了时间。

我满意地说：“你看没错吧。我也预约下你的服务吧，我每星期五早上 8 点来。”

第二天，店主就开始给过去的老主顾们打电话，并且用一个预约本做了详细的记录。很多老主顾都有几个月时间没去他的理发店了，有了预约的理发服务，他们又回到了这家理发店。你可以想象，这些顾客们，不论是老主顾还是新客户，都接受了这种预约服务。人们来到这里理发，不会因为长时间的等待而浪费时间，理发店的资源也得到了最优的利用。自然，理发店的生意红火了，收入也高了。20 年来他一直实行着这种预约服务。我曾在一个推销培训班讲过这个故事，班里有一名学员是出租车司机。学期结束时，他告诉我，他现在运用预约服务，成为一名商人了。我问他具体的情况，他说他听了理发店的故事后，就想在出租行业尝试预约服务。有一天，他载着一位大公司的总裁去火车站。他就问总裁什么时候回来，总裁说他当晚就赶回来。他就向总裁说他到时候来接他，总裁很高兴地答应了。总裁晚上到达时，看见出租车已经停在那儿等待他了，他很高兴地给了更多的小费。出租车司机发现总裁每周都在固定的时间自火车站来回，他就向总裁提供了预约服务。那位总裁还告诉他一些其他公司经常出差的人的姓名和电话。按照这个名单，出租车司机向这些人提供预约服务。现在他的预约服务登记本上排满了，生意很不错。所以他不无得意地告诉我：“我感觉自己也是个商人了。”

后来，我把这经验告诉了一家服装店的老板，他也开始运用预约服务，而且顾客们

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

也欣然接受了这种服务方式。

通过这些不同行业的人成功实行的预约服务，我发现其实很多行业都可以运用这种服务，客户们也乐于接受。预约服务是双赢策略，对于推销员，其具体的好处在于：

第一，节约时间。既节约了推销员的时间，也节约了客户的时间。

第二，实行预约，客户们从忙碌的工作表里给出特定的时间接待我们。自然，他们也会珍惜这个机会，认真听取我们的推销建议。

第三，每次预约都会有相应的效果，也更能使推销员提高知识层次。

你可以将预约的服务，运用到销售收音机、吸尘器、书籍方面，当然还有保险，你会发现很多交易都变得轻松了。在我还是棒球运动员的时候，我一位朋友，米勒·霍令斯，因为其频繁而高质量的上垒（当然，平均得分也比其他人更高），在棒球界非常有名。我想预约服务就像是上垒。当我清楚地认识到预约服务的好处后，我就不再漫无目的、东奔西走的跑业务了，我只需要按照预约，努力地跑上"一垒"。

在预约时，如果和认识的客户打电话预约，这应该没有什么问题。但是如果你是跟不认识的客户预约，对方通常会问："你见我想干什么?"如果你回答说你想推销什么，你可能会失去这次接近客户的机会，因为你不能确定接电话的人是否需要你推销的产品或者服务。所以你在打电话预约的时候，应该努力抓住机会约定一次见面的会谈。即使到了今天，我在打电话预约的时候也提醒自己，别去谈生意，确切地说我只是"推销预约"。

让我举个典型的例子。我曾向一名叫阿雷的客户进行电话预约，他非常繁忙，每个月大部分时间都要坐飞机到各地做生意。以下是我们的对话：

我："阿雷先生，我是弗兰克·贝特格，是理查德·弗里克先生的朋友，您一定还记得他吧!"

阿雷："是呀。"

我："阿雷先生，我是人寿保险的推销员，理查德先生建议我拜访您。我知道您很忙，您能在本周拨出 5 分钟给我吗?"

阿雷："你见我有什么事呢？保险吗？我已经接到太多保险公司的电话了。"

我："那也没关系，阿雷先生。我不会向您推销什么的，希望您相信我。明天早晨 9 点您能不能给我几分钟的时间。"

阿雷："好吧，我 9 点半还有另一个约会。"

我："我只需要您宝贵的 5 分钟。"

阿雷："好吧，你最好在 9 点 15 分来。"

我："谢谢，我会准时到的。"

第二天早晨我准时到了他的办公室。我边和他握手边说："您 9 点半还有一个约会。我只占用您 5 分钟时间。"

5 分钟内，我简单地提出了问题，然后就对阿雷先生说："5 分钟到了，阿雷先生，您还有什么要告诉我吗?"接下来的 10 分钟里，阿雷先生告诉了我想知道的一切。

是的，关键在于这 5 分钟的提问，也有很多人在 5 分钟的提问后，很热情地和我又

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

谈了一个多小时。当然，我也认识一些成功的推销员并不用电话预约的方式谈业务。他们只是在每周固定的时间给客户打电话，而且固定的时间也是和客户约定好的，我想，其实这也是一种预约。

在我的办公室墙上曾经写着这样一句话："客户们不会自己走进这间办公室。"一直以来我也这是这样认为的，只有我们主动出去约见客户才可能促成业务。可是一位成功的推销员在一次聚会上说："我 65％的工作都是在我的办公室里完成的，我在办公室和客户进行谈话。在那里和客户的谈话可以避免打扰，谈话会很快，当然结果也更让人满意。"

我开始还对这种方法抱有怀疑，当我试着也这样做时，让我吃惊的是许多客户都欣然接受这种方式。我也开始在办公室里和客户约谈，有客户在我办公室时，为了避免打扰，我就会嘱咐接线员不要接任何电话。

如果客户谈完事，没有什么要紧事，我会把办公室里的其他人向他一一介绍，还告诉他如果他真的买了保险，这些人都乐于为他服务。这是推销员的习惯性推销，利用客户来访的机会带他们到办公室、车间或工厂里转转，借此机会向他们介绍一下所推销的东西。

当然，并不是所有的客户都会来你的办公室里会谈，很多客户可以说是难以约见的。但是一旦和这样的客户完成了约定、谈成了推销，他们将是最好的客户。这些人虽然难以约见，但是只要你尊重他们，他们是不会拒绝你的约见的。下面是我总结的一些和这样的客户打交道的办法：

其一，"布朗先生，您什么时间有空？早晨还是下午？或是本周的其他什么时间？"

其二，"这周由您安排时间，我们一起吃顿午饭好吗？12 点或 12 点半都行。"

其三，如果客户工作繁忙，但又确实想见我，我就会这样问："您今天进城有车吗？"如果他说没有，我会用自己的车载他去，还要向他解释："这样我可以和你谈几分钟。"

其四，如果提前预约得过早，你要征询客户的意见确定见面的时间。例如，星期五早晨我完成下一周的工作计划，如果我给一个客户电话预约："您好，我下星期三会到您的邻居家去，我可以顺便去拜访您吗？"对方基本上不会拒绝，在我的建议下，他会定下具体的时间。

我们在竭尽全力的预约客户时，也要善于体察对方的态度。一旦对方毫无合作的诚意，我会毫不犹豫地放弃。我曾经有过几次具有典范意义的预约，而且都是和那些难以约见的客户。例如，有人向我介绍了一位承包商作为推销对象。打过几次电话之后，我才知道这位客户仅在早晨 7 点到 7 点半在办公室。所以我在早晨 7 点来到他的办公室，当时他正在翻看着桌上的信件。还未等我说话，他猛地站起来，拿起一个大文件袋就准备出门，然后回过头来，看着我说："你到底想和我谈些什么呢？"

我回答说："想和您谈谈您自己的事。"

他说："我现在有事出门，没空和你谈。"

我问："您现在要往什么方向走。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

他回答说："新泽西州的科林斯伍德。"

我向他建议："我用我的车送您去吧！"

他说："不用了，我车里放着我今天要用的资料。"

我说："如果您不介意的话，我能搭乘你的车一起去吗？我可以坐在旁边和您谈谈，这样也可以节约您宝贵的时间。"

他问："那你怎么回来呢？我还要去其他地方。"

我说："没问题，我自己会有办法的。"

他无可奈何地笑了笑说："好吧，上车吧。"

他此时甚至还不知道我是谁，也不知道我要和他谈什么。我就利用在车上的时间和他进行了谈话，然后我在新泽西的惠明顿和他分手，到车站买了张票回到费城。用这种方法，我顺利地约谈了这些难以约见的客户。

最后我说说使用电话预约的重要性。我身上总是带着很多硬币，这样我就可以方便地使用公共电话。很多时候，如果办公室里有很多杂事打扰我，我就会到街上去打公共电话。特别是每周五，我完成下一周的工作计划后，就给下一周要见的客户打一遍电话预约。有时我对自己下一周要做那么多事都感到吃惊。

并不是每次打电话都能和客户联系上，这时候就需要用留言的方式，至少这也给客户留下了信息，希望他能回电。这就需要在留言中提示客户，我要告诉他的，正是他所需要的，而且还很重要。

当我认识到"推销预约"之后，此后的推销会谈我都能轻松应对。再次重复一遍那让我用了很长时间才悟出的道理：首先是推销自己，其次才是推销产品。

比秘书和接线员更聪明

林德赛先生，费城莫林创造集团总裁，曾在一次年会上给我们讲过这样一个故事：

一天早晨，一名推销员来我们工厂要见公司总裁。我的秘书问他是否提前预约了，他说没有，但是他执意说他有我需要的信息。我的秘书就问他的名字、来自哪家公司，然而他只说了自己的姓名，说其他的是私人事务，不方便告诉。我秘书明白这是推销员的伎俩，秘书说自己是总裁的私人秘书，可以处理总裁的私人事务，而且还告诉他我很忙。可是那位推销员一直纠缠着要直接和我谈。

正好我从工厂巡视完回到办公室，看见了那个推销员，然而我并不认识他。他主动跑过来，还作了自我介绍。我问他有什么事？他说他有一种避税的新方法要告诉我，这种新方法可以节省一大笔开支。如果我将我的相关信息告诉给他，我甚至可以免费使用这种新方法。他还要求我对此要绝对保密。紧接着他拿出一份问卷就开始发问。我赶紧打住他，说："等一下，你肯定是想套取我的个人信息，然后向我推销产品，你是哪家公司的？"他顿时语塞，我继续问他到底是哪家公司的？他说是某保险公司的。我忍不住大怒："你赶快离开儿，离开我的办公室，不然我就把你扔出去。"林德赛先生年轻时是宾夕法尼亚大学的摔跤队员，他可是个说到做到的人。

通过他的故事，我们可以看到那个倒霉的推销员给我们的教训。主要就在于他失败

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的接近客户的方式：

第一，他没有预约，且正碰上林德赛先生有事在身。这个时候没有预约的人是不受欢迎的。

第二，他仅仅告诉秘书其名字，却有意隐瞒所属公司及自己的目的，自然会让人怀疑。

第三，当秘书告诉他林德赛先生很忙时，他仍不相信，这让秘书很不满。

第四，当然最严重的是他以欺骗的手段接近顾客，这不仅让他失去了进一步约谈的机会，也损害了公司的声誉，可能公司的其他推销员也难以接近林德赛先生了。

以我的经验看来，要接近那些非常忙的客户，最重要的是真诚的态度，而不是用耍小聪明的伎俩。推销员首先要面对的就是秘书小姐们，你可别轻视了她们的巨大作用。她们是你联接客户的重要纽带，如果你想要见重要客户，往往是这些秘书小姐引导着你，她们甚至可以安排你和客户的见面时间。当然，是否引向成功，也在于她们对你的信任程度了。当我们和秘书们打交道时，我们要明白自己正在和大人物的左膀右臂打交道。所以你想要达到目的，最好以应有的尊重和真诚的态度来面对她们。

你知道我是怎样做的吗？我在和她们接触的时候，记住她们的名字，不仅在心里记住，而且将她们的名字写下来。再次打电话预约的时候，我可以直接叫出她们的名字，请她们帮助安排一次预约。

我知道秘书的工作之一就是将那些推销员拒之门外，我也知道靠小聪明和欺骗不能取得她们的信任。我当然知道怎么做能比那些秘书们更聪明，但我从来不会那样做。

锲而不舍地练习

我惊奇地发现我打棒球时用的方法也同样适用于推销。进入棒球界时，我完全是一个新手，球队老板就警告我说：“弗兰克，如果你还学不会怎么击球，你就不要再在球队待了。”我问老板我该如何学习击球。

老板说：“杰西·布鲁克特原来打得也不好，他后来下定决心要学好击球。每天早晨他都来球场练习击球 300 次，而且雇了几个小孩帮他捡球。他不是用蛮劲把球打出去就行了，而是在琢磨、计算击球的时机和角度，慢慢练习、用心领悟，击球的技术越来越好。他现在是最伟大的击球员之一了。”

我想我可以试试这个办法，经过练习，看看我的击球技术是否有长进。我先去请教了两个队友，一个是拉乔，另一个就是杰西·布鲁克特。他们两个都能在比赛中击出 400 码以上的球。然后我信心满满地去找球队的同伴一起和我练习，可是他们都拒绝了。因为我们大部分都是北方人，难以忍受南方夏季的烈日。还好，我同屋的瑞斯愿意和我一起试试。我们也雇了几个小孩给我们捡球，每天早晨太阳还没出来的时候，我们就去练习，我们坚持击球 300 次。虽然手打出血了，可我们仍然兴趣盎然。那个夏季我和瑞斯一起去了长丁内尔斯队。

你也许会说这和推销有什么联系啊？那我给你说说另一个故事吧。10 年后，我早已不打棒球了，而且推销保险已经几年了。一个高大英俊的小伙子调到我们这里工作，他

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

以前只是在亚特兰大办事处向南方农民推销过保险。这孩子来自北方，为人随和，于是就开始向我们学习推销，他开始向我学习。

我给他讲了杰西·布鲁克特以及我和瑞斯苦练击球的故事。小伙子听后信心倍增、雄心万丈，急切地要我教他提高推销语言的技巧。我就和他一起切磋、琢磨每句推销语言，还鼓励他运用到工作中。最后，不仅他的推销水平提高了，而且我也开始打出更多的电话。如果一个推销员没有打出足够的业务电话，其原因在于他失去了对推销工作的兴趣和热情。

约翰·巴里摩尔第 56 次扮演哈姆雷特之后，有记者到后台采访他。可是巴里摩尔一直在背台词，记者等了一个半小时才结束。记者采访巴里摩尔时就问："您已在这里演了 56 次哈姆雷特了，可以说您是最受欢迎的哈姆雷特扮演者，也是话剧舞台上的灵魂。演出了这么多次，您应该对这些台词都烂熟于心了，可是为什么您还要这么认真地背台词呢?"巴里摩尔却告诉记者："其实我的记忆力并没有你想象的那样好，我曾经用了 5 个月时间，每天 9 个小时，一遍遍地阅读、研究、背诵那些台词，但是我仍然记不住。你知道吗? 有好几次我都失去信心了，不打算继续背了，也不想登上话剧舞台了。不过，那是一年前的事情，我现在仍然在坚持着背诵台词。你说我是话剧舞台上的灵魂，这简直有点滑稽。"

读完这篇新闻报道，我从中悟到了推销也需要不断练习。于是我立即向我们的经理请求，让我在办公室的同事面前来一次推销示范。经理最初很是疑惑，我想他很快明白了我的用意。他给我安排好一切，然后我就开始自己演练示范的内容。通过一段时间的演练，我的推销用语水平得到了提高。当然，我并没有停止演练，我在示范中加进了更多的内容。我就在这种不断示范过程中，不断涌现着推销的创意。是的，这种演练没有白费，我很快就完成了一个大订单。我也乐于向别的推销员示范我的推销，我告诉他们，不能仅仅做一个观众，你也要尝试着这样演练，这样你就会收获更多。我想是自尊心驱使我不停地准备和表演，直至我熟练地掌握一切。

我曾经在现场聆听到最有效果、最鼓舞人心的推销演讲，那是在全美销售协会上的一次演讲，演讲人是诺特达姆橄榄球队著名的教练昆特·罗可尼，演讲过后不久他就遗憾离世了。下面是演讲的核心部分：

"在诺特达姆，我带领着一支 300 人的橄榄球队伍进行训练、比赛。这些球员们，有的是久经沙场的老将，有的则是刚进球队的新人。但是，我不管他们是老将还是新人，都严格要求他们必须苦练基本功，即便他们已经熟练掌握了这些基本功。因为球员只有掌握了基本功，才能将我部署的战术灵活自如地运用在比赛中。我想，这同样适于推销员。如果你想成为推销竞赛中的明星，你也需要不断地苦练基本功，直至熟练运用这些基本功。怎样来判断你是否已经有熟练的基本功? 即无论客户从何处打断你的谈话，你都可以自如地将谈话拉回你的主题里。不要指望有人一把一式地教你，也别指望公司等你学会了再表扬你，你必须锲而不舍地练。"

正是这种锲而不舍地练，巴里摩尔先生没有退出舞台，继续站在话剧舞台表演，使他成了那个时代最受欢迎的哈姆雷特扮演者。正是这种锲而不舍地练，杰西·布鲁克特

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

从一个击球新手成为了棒球史上不朽的人物。这种锲而不舍地练，让我不论在棒球界还是在保险推销行业，都是一个成功的人。

让顾客帮你推销

俗话说："百闻不如一见。"在推销中，好的演示就能达到这种效果。特别是让顾客自己来亲身感受，不需要你的演示或者推销语言，只需要让顾客们置身于情景之中。换而言之，就是：让顾客帮你推销。

那么，让我们来举几个实例，看看演示帮助推销的效果。

例一：多年来，通用电器公司一直在向小学学校建议更换教室黑板的照明设备，可是无数次的会谈和无尽的推销语言都无济于事。最后，一位推销员通过一个简单的演示，就让这一问题迅速地解决了。他站在教室黑板前，手里拿着一根细钢条，然后双手各持钢棍一端，一边用力弯钢条，一边对教室里的学校负责人们说："先生们，你们看，这根钢条在我的手中，不断弯曲、伸直，但是只要我继续用力，它就会超过断裂的临界点，然后造成不能恢复的崩断。这钢条就像孩子们的眼睛，每天盯着这昏暗的黑板，眼睛承受着极大的压力。如果超过了临界点，视力就会遭到永久性损坏，也不可能再恢复了。"结果，学校立即拨款，更换了新的照明设备。

例二：即便是火柴这样简单的物件，也能成为推销冰箱的演示工具。推销员拿着一根点燃的火柴说："您看，这根燃烧着的火柴多么安静，其实我们的冰箱在工作时也是这样无声无息。"

例三：我们都知道数字具有很强的说服力，我想，如果让顾客自己来计算数字，推销的效果更好，因为他们亲身计算，能够得到更好的理解和更深的印象。最后，顾客们会被自己计算出的数字说服。

例四：在俄勒冈州的波特兰，我向一位羊毛衫批发商做了一次推销演示：我如何向顾客推销一种新式牙刷。我先把新式、旧式两种牙刷给顾客，让他看看有什么区别，看得出来，他并没什么发现。然后我给他一只放大镜，说："你再看看，在放大镜下两种牙刷的不同。"羊毛衫批发商学会了这一招，那些卖便宜货的竞争对手立刻土崩瓦解，不能与他相比。他也不需要费尽口舌向客户们解释为什么自己的价格高了，他只需要递给客户们一只放大镜，让他们自己去鉴定。不久后他对我说："太让我吃惊了，客户们很快就接受了这种鉴别方法，我现在的批发销售量已经大幅增加了。"

例五：一位纽约的男装店老板告诉我，他在商店的橱窗里放了一部电视播放机，循环向过往的路人放映一部短片。电影里一个衣着一般的人去应聘，招聘公司看到他的穿着就将他否定了。然后出现一位衣着光鲜的人去应聘，很容易就获得了工作。影片的结尾出现一行字：好的衣着就是好的投资。这一招使他每个月的销售量猛增了40%。

例六：我的一位朋友是牙医，每次有就诊者来到他的办公室，他就会将就诊者的幻灯片投影到墙上，就诊者一坐下就可以看见自己牙齿损坏的状况。然后牙医就向就诊者建议：不要等牙坏到这个程度再来看病。

例七：最后一个例子是我经常在推销中使用的方法。我在向客户做未来利益分配

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

时，就在他桌上放一支钢笔和一枚 25 美分的硬币，然后让客户猜猜这是什么意思。客户们一般都说不知道。我接着开始解释：那支钢笔代表去世之后的你，那 25 美分代表着你去世后扣除遗产税和其他费用后能给妻儿们留下的遗产。说完之后，我就问客户："假设你去世了，我是你遗嘱的执行人，我不得不变卖你 3/5 的房产来交税，你看，我该怎么办呢？"问完之后，我让客户自己解答。

当然，现在商业中的演示手段越来越多，也越来越进步了。演示，特别是让客户们自己亲身感受到的演示，是推销中很有成效的方法，希望你也能这样做。

如何发展新客户和让老客户保持热情

你知道我一共买过多少辆汽车吗？这结果让我也大吃一惊，我先后买了 31 辆汽车。你再猜一下，这么多辆汽车是多少个推销员卖给我的？也是 31 个。这是个很奇怪也很有意思的问题，你想想，他们卖完汽车后就没有再同我联系过。当然在我买车之前，他们很殷勤地联系我。可一旦他们收了买车的钱之后，就消失得无影无踪了。

这是不是有点不正常？我问了超过 15 个汽车推销员，多半的人都是推销完了就不再联系客户。难道汽车推销和其他产品的推销有区别吗？或者说汽车推销员忘掉老客户、发展新客户可以获取更高的工资？这让我想起一家大公司给推销员的座右铭：别忘了顾客，也别让顾客忘了你。

你应该猜到了，这是雷弗兰公司给他们的推销员的座右铭。正是这种服务精神，雷弗兰公司在同行业中的销售一直处于领先，过去 15 年中有 13 年是行业销售冠军。

回想我从事了多年的保险推销，我也没有再次联系客户，没有对他们的利益表示关心，这是我的最大遗憾。这是我发自真心的表示，我并没有做到这种真诚的服务精神。若我下辈子仍能从事推销，那我会信奉"别忘了顾客，也别让顾客忘了你"的服务精神，将它作为我的座右铭。

几年之前我花了不少钱买了一座大房子，虽然我很喜欢，但是代价很高。付完钱后我的心里一直很矛盾，这笔买卖是否划算。即便我和家人入住新居后，仍然感到闷闷不乐。不过就在此时，房产商打来电话说要来看我，我不禁有些好奇。在一个周六的早上，他刚进入我家就开始向我祝贺，因为我明智地选择了一座好房子。他还给我讲了不少这个地区的小掌故，后来他带着我在房子的附近走了一圈。他告诉我这个街区住着很多名人，所以我的房子也是非常出众。他的一番话打消了我心中的顾虑，我也感到很自豪。让我意想不到的是房产商热情的售后态度，甚至超过了当时出售房子的时候。我也感到他的热情并不过分，而是发自内心的真诚。从此以后，我们超越了一般的买卖关系，成了好朋友。

本来，他可以用造访我的时间去发展新客户，但是他仍愿意为我这位已付款的顾客花费一个上午。我想，这就是推销员推销后所必需的回访。一周后，我有一位朋友看中了我旁边的一座房子。自然我就把他介绍给了那位房产商。后来，我的朋友没有买看中的那座房子，因为那位房产商给他推荐了更好的房子。

在佛罗里达的一次演讲上，我给推销员们讲了这个故事。过了一段时间，一位听众

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

给我分享了他的故事：

“一个早晨，一个普通的老太太来到我们的商店，她十分喜爱一枚钻石胸针，后来她开支票买了一枚。我在给她包装的时候，想起了你演讲的故事。所以，在我将胸针递给她后，又和她聊了许多除买卖之外的话。我告诉她胸针上的钻石来自南非最大的钻石矿，这是我们商店里最好的钻石。我自己也很喜欢这枚胸针，希望她也能喜欢。

“听完我说的话后，她竟然感动得流下了眼泪。她说她心里一开始还担心那颗钻石是不是真值那么多钱，听我一说就放心了。我把她送出了商店，真诚地对她表示感谢，希望她能再次光顾。一个小时后，她和另一位老太太来到了店里，并向这位老太太热情地介绍了我，说我就像她的亲生儿子。我这时候才知道，她们是一起来这里旅行的，住在附近的酒店。然后我陪着她们在商店里挑选商品，虽然她没有买什么昂贵的东西，但毕竟是花了点钱。把她们送出了门，我想我又结识了两个新朋友。”

下面我给你说说另一个年轻的售货员的故事。因为下雨，一位衣着普通的老太太来到店里躲雨，这位售货员很有礼貌地接待了她，后来他搀扶着老太太出门，还为她撑起雨伞送她上了出租车。几天后，一位富翁给商店的老板写了封感谢信，感谢这位售货员热情地接待了他年迈的母亲。最关键的是他还在这家商店为自己的新居定购了一大批昂贵的家具。而那位年轻的售货员，现在已经是美国东部一座大城市的百货商店经理了。

前一段时间，我拜访了全美最大的冰箱批发商，我问他如何做到这么好的销售量。他告诉我一个关键词：用户。然后他又给我稍加解释：“新的顾客永远是最好的资源。”是啊，我不是也在不停地发展新客户吗，可是这又有什么不同呢？他说：“你要知道，新顾客总是很喜欢他们刚刚购买的新商品，他们享受着这些商品带给他们的便利，而且还乐于向亲朋好友们炫耀、推荐。最关键的是我们的售后服务，在顾客购买了新冰箱后一周，推销员会询问其使用情况，还会提供使用注意事项之类的服务。这些新客户们感受到我们全面的服务，他们也会推荐身边的亲朋购买，这样我们就能通过顾客来发展新的顾客。”

这位批发商还给我提供了一份公司统计的数据，这种现象在全国范围内都很普遍。以一座典型的中西部城市为例，31％的新用户都会向推销员介绍新的客户，这样就会增加更多的销售额。这位批发商最后说道：“这么多年的销售经验告诉我一个道理：别忘了你所售出的商品。如果你关心你的顾客，他们也会关心你。”第二天，我以他的话为指导进行推销，结果非常有效。

在做推销的时候，我身上总是带着一封信。洽谈生意时，我用这封信完成了很多成功的订单。我可以告诉你，你可以稍加改动这封信，在以后的推销中也许用得上。信的内容是这样的：

亲爱的×××：

我想你该认识一下弗兰克·贝特格。我认为他是费城最好的保险推销员。我完全相信他，认为他的建议很为我们着想。即便你还没有考虑买保险，我想，你还是可以听听他的建议，这些建议都有益于你和你的家人。

那么，我是怎么使用这封信的呢？我介绍其中一个很典型的故事。有一天我在报纸上

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

看到一位朋友的好消息，他的建筑公司刚刚获得了一个大型建筑项目。然后我就给他打电话，约定第二天去拜访他。翌日我准时来到了他的办公室，我高兴地向他表示祝贺。他惊异地问道："祝贺什么?"我说："我在报纸上看到你接手了兴建一座大楼的工程。"

他微笑着对我的祝贺表示感谢，然后又很有兴致地给我说了他是如何争取到这份合同的。我说："我想，你这么大的工程，一定找了些工程分包商。"他点点头，随后我拿出了那封信，递给了他，说："你肯定也允诺要给这些分包商一些工程吧!"他看完信后，已经明白了我的意图，就问我："你想让我在这封信后签名吧?"是的，他很爽快地签好名。我就拿着这封信去约见那些分包商。在这些水管、暖气安装、油漆等分包商那里，我接连签到了几份订单。

当然，并不能总是要求别人在介绍信下签名，所以我准备了一些卡片，上面写好我的姓名，然后让别人签上他的名字和推荐客户的名字。这样我只需要用这些卡片，就可以去见新客户了。

不过，有时候也会遇到一些客户连这种签名的卡片都不乐意写。一年前我试着去接近一位客户，可是这个人很难被说服。最后，我希望他能给我介绍几个客户，他也坚决地拒绝。他说："我最讨厌你们这些保险推销员，我一个也不会给你介绍。如果有推销员说是由我朋友介绍来的，我感觉自己就像是在地狱里，我还会将这种感受告诉那位朋友。所以，我从来不接待保险推销员，其他的人我还都可以接待。"

这一番话让我这个保险推销员无地自容，但我还是赔着笑脸对他说："好吧，我能理解您的感受，但我还是希望您能给我介绍几个 50 岁以下、事业上蒸蒸日上的人士。我保证绝不会在他们面前提起您。"最后他妥协了，说："我可以告诉你一位手术器械制造商的名字，他今年 41 岁，事业正是蒸蒸日上。"我再次感谢他，保证绝不提起他的名字。

我开车直接来到这位手术器械制造商的办公室，对他说："我是弗兰克·贝特格，保险推销员，您的朋友介绍我来，抱歉我不能提他的名字。他说您现在事业很成功，与您交流会让人受益匪浅。不知道您现在可否给我 5 分钟的时间，或是再约个时间?"他有些警觉地问："你想和我谈些什么呢?"我说："您自己。"他有点诧异，说："关于我?我对保险可没什么兴趣。"我很真诚地看着他，说："我今天肯定不会谈保险，我只需要耽误您 5 分钟。"然后他点点头。就这样，我在 5 分钟里得到了自己想要的全部信息。

自此后，他向我购买了 3 次保险，而且保单都很大。当然，我们也成了好朋友，不过我仍然保守着我的诺言，并没有提及介绍我见他的那位朋友。

如果新客户给你了一点信息，你就要立即去联络。不要等到你收集完所有的信息，然后整理好存入档案，想以后再联系。这样你可能会失去立即联络、发展新客户的冲动，过了黄金的时间点，这种机会就像放久了的面包，已经失去了新鲜感。我们并不是对所有新客户的背景都清清楚楚，晚一步情况可能发生很大变化。联系客户一定要注意时效性。

如果有朋友或者客户信任你，给你介绍了新客户，你也去接洽了新客户。不论接洽的结果怎么样，你都应该向朋友或者客户说明一下，我想这是作为推销员的礼貌。如果

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

不说明，就很容易得罪人，因为这事情如果别人不提，他也可能记在心里。对此，我有着很深的体会，只要有人给你介绍新客户，你就是处于两个人之间，不注意礼貌会得罪两个人。如果你经人介绍做成了生意，你把你的成功告诉介绍人，他会分享你成功的喜悦；如果失败了，你把情况告诉了他，他可能会帮着你再想办法。

前不久，我在某大银行看到一封写给客户的感谢信，因为这些客户都向银行介绍了新客户。这封信是这样写的：

亲爱的×××：

我们非常感谢您给我们介绍了×××先生，您所表现的友谊和合作精神令我们感动。我们一定为您提供更优质的服务，就像您所表现出的一样。

多年前，我遇到过一位台球世界冠军。我观察了他是怎样练习击球的，我发现他在练习时并不是简单的击球，也就是并非通过一个击球进洞得分。他总是通过击球来调整位置，这样，在下一个击球时就能获得更高的分值。所以在每次比赛时，他的对手似乎在每一杆球上都有优势，可是在整个局面上，这位冠军却更加灵活，经常成为最后的赢家。这就像下围棋时，对手只能想到一步棋，而他已经在思考两步、三步棋。

这位冠军给我们的启示是：在推销中，你要考虑你的下一步，并且调整好位置，这也是推销中最重要的环节。

完成销售的 7 条原则

一个星期六的早晨，我的推销遇挫，我感到非常沮丧。可能你还记得，我说过如果找不出失败缘由，我就打算从事其他职业了。

是的，我在不断地反思：到底是哪个环节出错了？回顾我电话推销的每位客户，我自认为一切都做得很好，可是到了最后的时候，客户们总是会说："好吧，我会仔细考虑一下，什么时候再来谈谈吧。"可是客户总是这样推脱延迟，我就陷入了沮丧。

我似乎找到了症结所在，那就是与客户的会谈次数，那么接下来就是我如何去解决这个问题了。为了找到解决的途径，我仔细研究了我过去一年推销的电话记录。我从中有了惊人的发现：40%的生意都是在第一次会谈时谈成，46%在第二次，只有 14%在三次以上。换而言之，我花费了太多的工作时间去争取那些成效不大的生意。我立即找到了解决的方法：放弃超过两次的会谈，用更多时间发展新客户。不久这种改变就有了明显的成效，我每次会谈的价值，从平均每次 2.80 美元提高到了每次 4.27 美元。

那么我这一发现是否适用于其他行业的销售呢？一家工业公司的推销团队研究了其两年的销售情况，最后发现：有 25%的销售是在销售员 5 次推销以后完成的，而仅有 17%的销售员坚持拜访客户超过 5 次。是的，看来每个行业的推销有不同的情况。但是，这也再次证明了完整地保存推销记录以及对记录进行分析研究的重要性。但是据我所知，很多公司和推销员都没有做推销记录的习惯。

通过分析我的电话记录，我放弃了需要两次以上的会谈才能达成的生意，这样使我的收入增加了一倍。但是，如果我让这 14%的客户都能在两次会谈内敲定生意，那我不是能获得更多的收入吗？一个新的问题又摆在了我面前：如何让客户快速地作出决定，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

或者是我如何快速地完成推销。

我在费城男基督教会培训中心听到的一次演讲给了我启示。那次演讲的题目是《演讲的四条原则》，演讲人特别提到了第四条原则：付诸行动。这是许多想法得到实现的必须途径，也是很多成功人士的必备原则。我想到了我的推销，我就是缺乏付诸行动。后来我阅读了大量的销售书籍，请教了很多资深的推销员，答案也是要“付诸行动”。随着推销经验的增加，我总结出了让顾客较快地作出决定的 7 条原则：

1. 要素

一个成功的推销过程分为 4 个环节，也可以说是 4 个要素：礼貌、兴趣、渴望、成交。

这 4 个要素能够让客户信任我，对我提出的保险计划放心。这有助于消除推销员与客户之间的隔膜。在会谈即将成交的时候，要保持内心充实的自信，不要有强迫成功的焦虑。

2. 言简意赅

言简意赅能够帮你迅速进入推销的实质阶段。那么，怎样才能够做到言简意赅呢？有位经理是这样培训推销员的：手持一根点燃的火柴，在火柴燃尽之前，推销员必须介绍完所推销产品的优点，如果还能做一个综合的总结，那就更好了。

我在前面还提到了一个更好的办法：那就是推销员的演示，或者是顾客亲身的演示，让客户主动地加入到你的推销中来，帮你完成销售。

3. 一句有魔力的问话

向客户言简意赅地介绍完产品或者服务后，问一句：“你觉得怎么样？”

客户们通常会说：“我觉得还不错。”这个时候，客户基本就确定要购买了，我会再问一些必要的问题并填写相关的表格。如果客户乐意回答我的问题，我想他们很少会变卦了。

还需要特别说明的是，在提出问题的时候，尽量使客户作出肯定的回答。比如，我给客户描述了良好的收益之后，会接着问一句：“您觉得这个计划是个好主意吗？”通常的回答是肯定的。

4. 乐于听取反对意见

最初，我觉得那些不断与我唱反调的客户很难对付，可是后来我渐渐明白，这也是最好的推销对象。当客户提出反对意见时，就给了你说服他们的机会。例如客户经常说：“我付不起这个保单。”这时候你就可以用未来利益和现在付出来说服客户。虽然他们不喜欢推销员强迫他们接受什么，但是他们还是乐于接受推销员合理的建议，并充分尊重推销员。

5. “为什么”“除此之外”

在与客户的会谈中，要善于使用“为什么”“除此之外”这样的短语。这不是简单的询问，如果你在恰当的时机使用这些短语，将有助于你完成生意。

我举例说明。一位推销员正在说服客户参加某商业培训课程，可是会谈陷入了僵局，客户说：“你说的这个课程，我现在还不感兴趣，过段时间再说吧。”面对客户这样

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的拒绝，让我们看看这个推销员是如何应对的：

客户："过段时间再说吧。"

推销员："先生，如果你的老板说要给你加工资，你会说过段时间再说吗?"

客户："当然不会。老板会认为我是个傻瓜。"

推销员："好吧，那就请你填一下这份表格。"

客户："算了吧，等我再仔细考虑下，下星期再联系你吧。"

推销员："为什么?"

客户："我真是付不起钱。"

推销员："除此之外，还有什么其他原因吗?"

客户："唯一的原因就是付不起钱。"

推销员："如果我是你的哥哥，我会说你……"

客户："说什么?"

推销员："现在就在这份表格上签上名字。"

客户："那我每个月需要支付多少钱?"

推销员："先交 25 美元，以后每月交 10 美元。谢谢你的签名，你已经成功地走出了第一步。"

6. 让客户签名

在申请保险的表格中，我会在客户签名的地方用铅笔标示出来。这样，在会谈的时候，只要一有时机，我就会将笔和表格递给客户："请您签上名字。"

7. 及时收款，不要怕收款

及时收款是推销员走向成功的重要因素之一。当你谈好一笔生意，你及时收款，客户也能及时享受到产品或者服务。在消费心理中，客户只有付完款，才会感到产品是他们的个人财产。当客户想推迟付款时，你就要告知其把握机会。因为只要他们付款后，就不会出现反悔的情况。

上面就是我总结的 7 条原则，也许你还是很疑惑：什么时候才可以完成会谈呢？我只能告诉你：有时候只需要几分钟，有时候即便花费一两小时也无法完成。寻找让客户快速决定交易，这需要你在实际的会谈中灵活把握最合适的时机。

在我多年的推销生涯里，我开始从有意识地完成推销，逐渐地成长为自然而然的做生意。在与客户会谈时，如果是按照我的方向在顺利进行，我会制造出足够的利益和需求的氛围，时机成熟时，客户就会准备付款了。

当然，世界上这么多行业的销售，我无法用几段文字就把如何完成生意说清楚。为了帮助你全面地了解生意谈判，我向你们推荐《成交的秘诀》，这本书由查尔斯·B. 罗斯所著，由纽约的学者出版公司（Prenric—Hall，Inc.，New York）出版。

我随身携带着一张卡片，上面写着我提到的 7 条原则，而在卡片的上端，我写着这样一句话：

"这将是我推销经历中最好的会谈。"

我还有一个习惯，在进入客户的办公室之前，我也会在心里重复这句话。直到现

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

在，我依然经常这样做。其实我每次的会谈，都是对自己这 7 条原则的实践。如果会谈不成功，我就会提醒自己错在哪一条，怎样做改变。我想，这也是对每个推销员的严格检验。

一个奇特的成交技巧

1924 年，恩斯特·威尔克斯，一位推销界的前辈，教给我了一个很奇特的成交技巧。过去，威尔克斯先生的生活困顿，他微薄的工资仅够供养家人衣食。所以他常常穿着破旧的西装，就连领带也是皱皱巴巴的，他就以这样的穿着去敲开客户的办公室。可想而知，他的推销经常失败，这让他的生活更加窘迫。

威尔克斯先生告诉我，他与客户见完面后，客户总是说："我会仔细考虑你的建议，下周你再联系我吧。"可是当他下周去见客户时，他都不知道该怎么继续推销了，客户又开始敷衍他："威尔克斯先生，我已经仔细考虑过你的建议了，今年我不想买保险，明年再说吧。"

他的推销总是碰壁，可是有一天他突然想到了一个主意，这可是一个很奇特的想法。他与客户再次会谈时，这一方法竟然成功了，此后他不断运用这个方法，收获了不少订单。

当他告诉我这个奇特的成交技巧时，我还心存疑惑。正好第二天早晨，我要去和一位建筑商进行第二次会谈。10 天前，我和这位客户有过一次会谈，不过进程不是很顺利。这一次，我就按照威尔克斯教给我的方法去做：在会谈前把该客户填的表格填好，姓名、住址、职业等，还填上了客户认为可接受的保险金额，然后在客户签名那一栏上重重地做上标记。

我准时来到建筑商的办公室，他正坐在办公桌前。他抬头看着我，认出我是保险推销员，便摇头说道："我还在考虑你的建议，过段时间再联系吧。"他已经示意我离开了。可是我并不在意，我很严肃地走到他面前。他带着商量的口气对我说："我现在不想买你推荐的保险，过半年再说吧！"就在他说话的时候，我拿出了事先准备好的表格，递到他面前。然后我按照威尔克斯教我的话说道："您看看，这样可以吗？先生。"当他低头看那份只需要签名的表格时，我拿出了钢笔，静静地站在那里。

他抬起头问我："这是一份申请表？"

我说："现在还不是。"

他说："这不是申请表又是什么呢？"

我说："在您签上名字后，这才是一份属于您的申请表。"说着我把钢笔递给他，用手指着做了标记的地方。

正如威尔克斯先生所说的那样，他接过笔后又开始认真看表格，甚至站在窗前一边看一边考虑。我只是静静地站在那里等待。5 分钟过去了，他回转过身，来到桌前拿起了笔边签名边说："我想我最好还是签了吧，今后遇上什么麻烦了，也许用得上。"

我尽力地控制着内心的兴奋，问道："您是愿意交一年的呢，还是先交一半？"

他问："一年要多少钱？"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我说："只要 432 美元。"

他说："那我先交一年的吧。"

是的，我就这样完成了这一份订单，这真是不可思议。当我接过支票的时候，我真想好好拥抱一下威尔克斯先生，告诉他我的喜悦之情。他这个奇特的方法真是很有效果，后来我也继续运用这一方法，它经常能帮助我解决那些开局不顺利的会谈。

那么，对于客户来说，为什么他们在这种方式下都会选择签字呢？我想，可能是当我递给客户表格时，客户的注意力被吸引到如何签字上，而不是如何去拒绝我的建议；当然，也许是我们已经为客户预订好了计划，客户不需要过多地考虑，只需要签名确认就可以拥有保险服务了。

威尔克斯先生的方法看起来适用于第二次会谈，如果客户在初次谈话就明白了你的推销建议后，你是否在初次会谈中就能让客户签约呢？是的，我后来也认识到这个问题了，而且我也确信使用威尔克斯先生的技巧，肯定有机会成功。在后来的推销中，我也确实发现不需要再跑第二次就可以让生意成交了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章 一切成功的理念关键在于付诸行动

本杰明·富兰克林成功的启示

这是本书最重要的部分，看起来，我应该将它放在书的开始。可是，我想将这最重要的部分作为本书的压轴。

1888年冬天，我出生在一个风雪交加之日。我家所在的街道西侧，每50码有一盏路灯。但是夜里的光线还是很暗，人们上街都会拿着火炬。让我记忆犹新的是，街上有一个点灯人，他在夜里穿梭在街头，哪盏路灯熄了，他就重新点燃它，好给行人们多些光明。

多年后，我进入保险推销行业，摸索着如何做好推销时，我读到了《本杰明·富兰克林自传》，这本书让我受益匪浅。富兰克林的事迹充满着智慧的光辉，就像那个点灯人一样，照亮了我人生前进的道路。

富兰克林还在做排版工人时，他已经负债累累。不过他并不气馁，虽然他自认为能力平庸，但是他相信只要通过正确的途径，仍然可以走向成功。他通过具有创造性的能力，总结出了获得成功的13个必要因素，而且我们每个人都可以掌握这些方法。

富兰克林总结出13个成功的必要因素，然后用一个星期去思考、掌握每个因素。就这样，他以13个星期为周期，一年重复4次，努力实践这些成功的因素。他在自传中用了50页的篇幅来说明这些因素对他的影响，而且他认为“我的后代们可能会以我为榜样，并从中受益”。

当我读到这段文字时，我赶紧在书中找到他解释的13个要素的地方。这几段文字就像伟人给我留下的嘱托，在之后的一年时间里，我反反复复阅读、揣摩着它。在以后的人生中，我也尽力以这样的成功要素要求自己。我想，富兰克林这样的天才都认为这13个要素是成功之必需，我就更应该尝试一下。这些要素看似简单平凡，我想，如果我上过大学或者自以为是，可能对此不屑一顾。可是我只上了6年的小学，所以我很愿意去试试。你要知道，富兰克林先生也仅仅上过两年学，但是在他逝世150年后，那些世界著名的大学还依然尊重他。

我将这13个成功的要素应用到我的推销中，并且结合推销行业和我自己的缺点作了修改。也可以说，这是推销员走向成功的13个要素。如果你阅读了本书，你就会发现我是按照如下的顺序去做的：

1. 激情
2. 有序：自我组织
3. 考虑他人的兴趣
4. 问题

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

5. 关键点
6. 平静：倾听
7. 真诚
8. 事业的知识
9. 欣赏和颂扬
10. 快乐
11. 记住姓名和面孔
12. 为客户服务
13. 成交：要付诸行动

我将这 13 个要素写在卡片上，并做了简单的注释。类似的东西在本书也有不少。我按照富兰克林先生的方法开始尝试，第一个礼拜我带着“激情”的卡片开始工作，在推销中我投入了更大的热情；第二个礼拜我再带上“有序：自我组织”的卡片……13 个礼拜过去了，我也重新开始循环。此时，我的内心感到非常充实。在推销实践中，我对这 13 个要素有了更深刻地了解。对于曾经令我沮丧的推销，我也开始变得很有兴趣了，当然，更为重要的是我收获到了事业的成功。

我就按照富兰克林先生的办法，在一年的时间里循环 4 次学习这 13 个要素。我并不满足于一个学年或者几个循环，我一直学习、实践，直到我可以自然而然地在工作和生活中运用这些要素。我想，不论你是从事什么行业的推销，只要你能坚持运用这些要素，你就会成为充满激情的成功者。

是的，一切成功的理念关键在于付诸行动。我知道很多人都知晓本杰明·富兰克林的 13 个要素，可是很少有人说他们也这样试着做过。

为什么是每周掌握一个要素，而不是每天就掌握一个呢？我想，作为科学家的富兰克林有他自己的道理，而且这也更符合人类认知和实践的科学。这 13 个要素就像环环相扣的项链，每个要素都是相互关联的。若你要掌握这些要素，就要像攀登 13 级阶梯，只有一步步踏实地攀登，你才能走向成功。下面是本杰明·富兰克林的 13 个要素：

1. 节制——食不过饱，饮酒不醉
2. 沉默——言必有用，避免空谈
3. 有序——物有所处，事有所时
4. 决断——处理问题，当断即断
5. 节俭——少花费也能办成事
6. 勤勉——不浪费时间，戒除一切不必要行为
7. 诚实——永不欺诈，言辞公正
8. 公正——不错待人，勇于承担
9. 中庸——不走极端，学会自制
10. 清洁——不只是服饰、住所，还有行为
11. 稳重——遇事不慌，镇定自若
12. 贞节——切忌房事过度，不要损害自己或者他人的平静和名声
13. 谦逊——仿效耶稣和苏格拉底，越谦虚越伟大

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

心与心的交谈

如果你将我当做知心朋友，我要对你说：光阴似箭，不要再浪费时间和机遇了。

我不知道你现在的年龄，假设你现在35岁，那么离40岁还有几年呢？人过40天过午，现在我已经61岁了，你能想象吗？我40岁时还在感叹岁月如梭，而现在就已经过了花甲之年。

当你读完本书的时候，我想你一定也读过很多类似的书。你可能经历过很多事情，现在仍然感觉思绪混乱，不知该怎样做。

如果你读了这本书觉得没什么用，那就浪费了你的时间。

如果你觉得这本书很有用，也想试着这样做，我想你可能还是要面对失败。

如果你在最后学习到了本杰明·富兰克林的方法，这一定会让你受益匪浅。

无论你从事什么职业，你也可以总结助你走向成功的13个要素。如果你不断地在实践中去掌握，肯定也会不断地进步。你也可以用本杰明·富兰克林先生的方法，经过13个星期的努力，你肯定会为自己的进步感到惊奇，只需要一年时间，你就会重获自信。一段时间之后，所有人都会发现你发生了很大变化。也就是说，到那时你已经是一位成功者了。

写这本书的过程，也是我回顾从失败到成功的过程。我努力把真实的感受都写出来，我希望你们喜欢它。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第十二卷·

获取成功的精神因素

（美）克莱门特·斯通　著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

克莱门特·斯通，美国联合保险公司创始人，并担任多家基金会董事长，热心于慈善事业。他不仅是杰出的企业家，也是成功励志学的大师。他 6 岁从报童做起，开始了推销生涯。20 岁时，仅以 20 美元注册创办了美国联合保险公司，推销意外险和健康险。他的公司运用成功法则，在短期内资产从 3000 万美元激增至 9 亿美元。成功励志大师、《思考致富》作者拿破仑·希尔称赞他："清楚其肩负着帮助人的责任，并将其人生经验、创富锦囊和理财智能与人分享的典范。"《获取成功的精神因素》就是对拿破仑·希尔的成功学理论进行多年实践和研究的总结。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章　生命中有许多重要的名词

生　存

生存原本就是没有条件的：我们和我们所生存的世界都已毫无置疑、极其真实地生成存在了。与其说这种存在是上帝或者他物所赐，还不如说是我们（世界）自身的需要。这种生存是一种本能，也是本能的权利。但是朋友，你要明白：我们的生存又受多种条件的限制。虽然上帝不能创造这个世界，但他可以毁灭这个世界。生存是伟大的，我们不能走向毁灭。为此，我们要好好地——生活。

生　活

人类是因为劳动而创造了生活：人类通过劳动生产，然后才开始生活。生活本来就具有先天的生产性。这告诉我们：每个人都必须通过辛苦的劳动才能创造价值。在创造价值的劳动中，我们获得了“人的幸福”，这种幸福是真实的、至高无上的、纯洁善良的。为什么“人的幸福”是至高无上的？因为人类有着宇宙中独一无二的——生命。

生　命

何谓生命？哲学家告诉我们：生命是一种伟大的使命。万事万物皆有生命，但人类的生命有着更伟大的使命。因为，和其他的生命相比，我们有着更为高级的生存。的确，生命是一种伟大的使命。从人类诞生的那一刻，我们就已经明白了这些。换而言之，人类一定意义上的“诞生”是因为我们伟大使命感的树立。“我们是伟大的，我是伟大的！”既然生命是一种伟大的使命，我们就必须顽强地——奋斗。

奋　斗

奋斗是什么？那就是奋然斗争、奋力战斗。人类必须努力奋斗去实现永恒。因为人类的使命与永恒，注定了人类的奋斗要比宇宙中其他生命的奋斗更为艰巨。而且，人类的奋斗绝不是为了自己的生活。虽然，奋斗是人类从诞生时就拥有的天性，然而随着世界历史的发展，人类的奋斗愈加不易了。在这个人类系统与宇宙系统被现代国家和现代社会破坏的时代，我们的奋斗更具有了决定存亡的重大意义。我们所说的奋斗包含“恶的奋斗”和“善的奋斗”两种。我们不要恶的奋斗，因为它只会让这个世界更加迅速地毁灭；我们要善的奋斗，这样我们生活的世界才会永恒存在。什么是善的奋斗？这里面最重要的就是——正义。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

正 义

通过奋斗（战斗），正义可以战胜邪恶，也可以捍卫世界和平。

财 富

通过奋斗，我们可以消除贫困、丰富人类物质生活，使社会更加富足。

情 感

通过奋斗，我们可以拥有纯洁美好的人类情感：亲情、友情、爱情以及一切的“俗世情怀”。

幸 福

何谓幸福？从字面上看来，幸福就是幸运、福气的意思。当然也不完全如此，我们不需要成为一个“法定的幸运的人”，也不需要让别人觉得或自己觉得自己有“福气”。不，生活并非这样。生命本身就是幸福的，而奋斗使我们感到更加幸福。一个幸福的人就是一个通过奋斗取得成功的人。因为，这是一种生命完成一个伟大的使命（或者说这是阶段性完成）。当然，失败的时候我们也可能真切地感到幸福。虽然失败也可以幸福，但是，与成功的幸福相比，失败的幸福是多么微茫和渺小。我们的人生和世界需要的是成功的幸福。我们一旦获得了真实的幸福感，幸福也真实完满地预示与展示了我们的——成功。

成 功

成功不仅是建功立业、功成名就，更是伴随着社会进步的个人生命的成熟。当然，个人的成功与社会的成功（如制度的成功）、他人的成功并不完全相同，但它们都处于一个系统中。从根本上看，社会的成功可以创造更多的个人成功。而且一个人真正的成功和幸福，需要对社会做出应有的贡献。由此，可以总结出获取成功的两个要点：一是你需要发挥个体的主观能动性；二是你需要完全自觉地与社会、他人协调好关系。当然，你要二者兼顾，否则将难以成功。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 每个成功者都有自己成功的道路

10 个与成功相关的问题

1. 您现在陷入迷茫，甚至绝望了吗？
2. 您是否喜欢现在的工作与生活？
3. 您的亲友对您的期待是什么？而您自己所想要的又是什么？
4. 您现在每天笑的次数（频率、比例）是多少？
5. 您喜欢您的国家与民族吗？您觉得社会有前途吗？
6. 您有信仰（理想）与精神（思想）吗？
7. 您经常处于某种不愉快情绪的循环中吗？
8. 您知道怎么获得成功或致富吗？
9. 您拒绝财富或讨厌金钱吗？
10. 您走的道路证实您的计划可行吗？

自己回答，否则离开，请做出选择。

成功的 17 项原则

朋友，您现在已经进入了良好的成功状态中，您掌握了这里的一切，辉煌未来指日可待。根据柏拉图“学习就是回忆”的学说，我们作为“成功者”，望着这个由我们亲手建立的美好世界，再回顾自己的奋斗历程，就会真切感到：生活是如此地有意义，我们的成功是伟大的。现在——经历了万千磨难，终于取得成功，实现了我们的夙愿，我们可以简明而深刻、精准而清晰地总结出：推动我们走向成功的 17 条重要原则，这也是 17 条看似简单却非同凡响的成功法则。

1. 积极的心态

积极向上的心态是作为成功者最基本的要素。

记住！你遇到生命中最重要的人时，就是你认识到自己的积极心态的那一天。你要明白：在这个世界上，对你最重要的人就是你自己！你积极的心理、精神、思想，就是你获取成功的法宝，推动你走向成功的力量！

什么是积极的心态？积极的心态一定是正确的心态。正确的心态总是具有“正性”的特点，如：忠诚、仁爱、正直、希望、乐观、勇敢、创造、慷慨、容忍、机智、亲切和高度的通情达理。那些拥有积极心态的人，总是怀揣着远大的目标，不断地奋斗，并且在人生的某个阶段会实现自己的目标。

消极的心态则与之相反。若积极的心态是人类最大的法宝，那么消极的心态则是人类致命的弱点。若你无法克服这致命的弱点，你可能会失去希望，然后就伴随着无尽的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

悲伤、寂寞、烦躁、颓废、痛苦，甚至属于你的世界也会随之毁灭。

不！我们不要这样。虽然我们身上有许多弱点，但我们并非弱者。我们要树立积极的心态，积极的心态将会让我们摆脱消极心理的阴影，成为一个积极向上、身心愉悦的强者！

——你可以变成这个世界上最重要的人。你拥有看不见的法宝，依靠它，你可以取得成功、健康、幸福与财富。你将会如何运用这看不见的法宝呢？一切由你自己做主。

——你的心理就是看不见但是存在的法宝。它就像一面战斗的盾牌，一面镌刻着“积极的心态”，而另一面却腐蚀出“消极的心态”。当你奋斗在人生的战场时，积极的心态可以吸引真善美，而消极的心态则完全排斥真善美。消极的心态可能会剥夺你生活中所有有价值的东西。

——不要将你的失败归咎于这个世界的不完美和顽固，这是十分可笑与可鄙的。像所有的成功者那样，你要发挥火热的热情和愿望去谋求成功。如何发挥？把你的心置于你想要的东西上，让你的心背弃、远离你讨厌的东西。

——不要拒绝《圣经》、励志书籍和他人的帮助及指引，更不要拒绝内心的激情和追求。

——对于那些有积极心态的人来说，逆境就是一颗含有大量、甚至是惊人生命力的种子，是的，在万物萌发的春天它能逆着巨石的压迫生长。此外，逆境也是一个上升的好机会，就像浪潮奔涌到了低谷就会推起高潮。你想花费时间来思考怎样转化这种逆境的生命力吗？希望你的回答是愿意！

——请记住，人类诞生的那一刻就拥有了一件无价的上帝之赐赠——欢乐的劳动。这样，人类的最高价值也就是，为人民服务。

——决不要低估消极心态的排斥力量，如果你不重视这个强大的对手，它可能阻断你人生的幸运，使你陷入逆境。

——当你面对人生的失意乃至失败，你能从中获得力量吗？是的，我以积极的心态将失望转化为励志的希望了。有时候，失望就是新希望萌发的开始。请对你的朋友说：嘿，我失望了，但我终于想通了！

——继续工作！重新端正自己的态度，对生活、工作和学习，重新点燃希望之火，把今天的挫折转化为明天成功的动力。是的，我很不满意！为此，我要……不，不是颓唐，而是努力！请相信，每当面对逆境或困难时，积极的心态可以拯救你，走出困惑或苦难，并把那些看似不可能的事变成现实。你要对自己热情（可以略带忧郁地）、快乐而肯定地说：“我没有失败，我要继续工作！”你有这个勇气吗？你能做到这些，你拥有这个勇气，你就是强者！

——不要总是觉得自己委屈，顾影自怜。失败者永远无知、无能，甚至无任何意义。那些拥有积极心态的人最容易取得成功，特别是有积极心态且不断奋斗的人。所有成功者的故事都可以证明这样一个道理：积极向上的心态是成功者最基本的要素。这是无条件的。

福勒是出生于美国路易斯安那州的黑人孩子，他来自一个佃农家庭。他们一家都过得十分艰难。福勒 5 岁就开始干活，9 岁靠着赶骡子挣钱。对于农民或者穷人家的孩子

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

来说，这一切似乎都很正常。这些家庭的人们总是相信命运，他们认为贫困就是命运的安排，所以不敢奢望改善现实。但福勒的妈妈却不这样认为，她是一个有见地的农妇。她知道在这个贫困的小环境外，有一个繁华的世界，贫困的他们也可以到达繁华的世界。于是她对福勒说："贫穷不是我们的命运，你也不要说这是上帝的旨意。不是的，《圣经》里没有一个字词暗示我们应该贫穷。孩子，你应该去做一个出人头地的人啊！"这段话在福勒的心里烙下了深深的印记，从而改变了他的一生。

"我要出人头地，我要成为一个有钱人！"他的心中升腾起一个梦想。他认为经商是发财致富的最好方式，所以他选择了卖肥皂。12 年的时间里，他就作为一名流动销售员叫卖肥皂。后来他听说供应他肥皂的那家公司将要以 15 万美元的价格出售。他主动与那家公司接洽，最后达成了协议：他所有的储蓄 2.5 万美元作为保证金，剩余的 12.5 万美元必须在 10 日内付清。如果超出时限未能付清，他将失去公司以及自己的所有积蓄。这是一个风险极大的机会，福勒很积极地筹措资金，最后完成了收购，经营公司也获得了成功。后来他告诉别人：

"虽然当时的情况太冒险，但我心中有数。我从客户、朋友、信贷公司那里得到了 11.5 万美元的借款。可是直到第 9 天的晚上，我还是差 1 万美元。已是深夜了，我感到无助，我只能在房间里不断地向上帝祈祷。但是我这样在屋子里急得团团转也没有用啊，我必须出去筹款，所以我毅然走出家门，我要再去仔细地搜寻。我就沿着芝加哥 61 号大街走，走过了几条街之后，我发现一家承包商事务所亮着灯。我碰运气地走进去，看见写字台旁边还有一个在熬夜工作的人。这人有点面熟，是的，我必须鼓起勇气向他借款。我告诉自己要勇敢些，再勇敢些。

"'先生，您想赚 1000 美元吗?'我直截了当地问他。这话让这个承包商吓得向后仰去。

"'谁不想啊，亲爱的朋友！'他回答。我一听见'亲爱的'，心里就轻松了。

"'那么，亲爱的朋友，如果你借给我 1 万美元，我会还给你 1.1 万美元。'他的眼里有些不相信，于是我接着拿出其他借款人的名单以及有亲笔签名的借款单，给承包商先生看，并详细解释了我这次商业冒险的具体情况。承包商听后很感动，决定支持我。这样，第二天我顺利付清了余款，拥有了这家公司。从此以后，公司的生意也渐渐好了。"福勒先生最后向我们强调的正是：一定要树立积极的心态。

2. 明确的目的

一切可观的成就的起点是拥有明确的目的和积极的心态。记住！你所处的世界是不断变化的，而你也要改变你的世界。你有能力选择你的目标，一个明确的目标。当你以积极的心态实现你的目标时，你会自然而然的倾向于应用下列 7 条成功的原则：

（1）个人的首创精神。

（2）自制能力。

（3）创造性的见识。

（4）正确的思考。

（5）集中注意力。

（6）预算时间和金钱。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

（7）热情。

我们要追求精益求精，是的，要做就做最好，我们不能满足于自己现在已经做得很好了，我们要做得更好！因为，冠军是我们不懈的追求。我们需要依靠后天的艰苦努力才能达到成功的目的。我们每个人一出生就是天生的冠军，因为我们是一场又一场激烈战斗的胜利者。想想吧：在你顺利诞生之前，许多战斗已经发生了，这些战斗又必须以成功告终。数以亿计的精子参加了激烈而浩大的战斗，然而仅有构成你的那一个赢得了最后的胜利！这些精子进行这种大规模的赛跑，都是为了追求一个目标——精虫，这个目标比针尖还小，每个精虫要被放大到几千倍才能用肉眼看得见。这场决定了你的生命的战斗就在这个微小的场合上进行。你的父亲和他的祖先提供了精虫中的染色体所包含的全部物质与倾向，而你母亲那方则提供了卵核中的染色体。当然，你也可以以此类推，你的母亲和父亲本身代表 20 多亿年前为生存而战斗的胜利的极点。于是一个特殊的精虫——最好最健康的精虫便以最快的速度与一个同样等待着的卵结合起来，形成微小的活细胞。这个微小的活细胞慢慢生长，在母体的胚胎里创造了你自己……

所以人从出生那一刻开始就是成功者，就是冠军。请记住：我们要像细胞一样为生存顽强斗争。我们不能屈服于自然，也不能屈服于自身。那么，我们的目的就是：冠军！

罗伯特读了儒勒·凡尔纳的幻想故事《80 天环游世界》之后，他对这种浪漫而伟大的旅行深深着迷，并且有了周游世界的梦想。“福格用 80 天就可以环游世界，我为什么不能用 80 美元周游世界呢?”有了明确的目标后，罗伯特就开始制订详细的计划书，他知道环游世界会遇到很多问题，所以他列出了许多问题，然后写下 3 种以上的解决办法。之后，他就立即付诸行动。那让我们看看他都做了哪些准备。首先，他保证向一家大型医药公司提供旅行国家的土壤样品，当然后者要向他提供丰厚的资助；然后申请获得国际司机执照和一套世界交通地图，他还设法弄到了海关公文，这样他就可以顺利出入境；当然，他也让纽约警局开具了一份他没有犯罪记录的证明；为了在其他国家住宿到免费的青年旅社；他还加入了青年旅行社。最后，他和一家货运航空公司商定，他搭乘飞机离开纽约，他负责拍摄照片供公司用于宣传。

当他完成以上准备后，就怀揣着 80 美元飞离纽约，开始周游世界。我们看看在旅途中，他是如何运用上面说到的 7 条成功原则的。第一站他到了加拿大的纽芬兰岛，他在甘德城吃了免费的早餐，因为他给厨房的厨师们照了相，他们都很高兴。后来他到了欧洲，在爱尔兰珊龙市花 4.8 美元买了 4 条美国纸烟。你要知道，在很多地区这些纸烟和钱一样方便。比如他搭车从巴黎到维也纳就给了司机一条纸烟，坐火车从维也纳到瑞士，也是给了列车员一条纸烟。后来，他进入了西亚，来到叙利亚的首都大马士革，他给交警拍照，从而免费乘坐公车。在伊拉克的时候，他参加了一家特快运输公司关于道路运输的讨论，从而可以搭车沿途考察，一直到伊朗首都德黑兰。后来他来到泰国曼谷，因为他向当地一家旅行社提供了中东地区的详细交通地图，从而获得了上宾的待遇。

最后，他在日本加入了“飞行浪花”号轮船，成为船上的水手，横渡太平洋，他到了旧金山。这样，罗伯特仅用 80 美元就完成了环游世界的创举。他的成功经历说明：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我们制订明确的目标以及实现目标的三大要素是：正确性、可行性、时间性。

3. 多走些路

即使你付出了巨大的努力，你也可能仍然面临失败。失败的最大原因是因为你还没有完全准备好去迎接成功。欧几里得原理："整体的东西等于所有部分的总和，而且大于任何一部分。"这个原理可用来说明我们的问题。关键在于你需要把所有必要的部分加到整体上去。当你用积极的心态追寻成功时，你就会不断地努力，不断地寻求更多的东西。有的人遇到挫折，就会停止自己要寻找的东西，最后失望而归。

如果你在追寻成功的路上遭遇难题，这是很正常的事。为什么？因为你的经验就是在解决问题的过程中积累起来的。你解决了一个个的难题，就会一步步靠近成功，你也增长了一些智慧，积累了一些经验。有时，多走一些路是有必要的。因此，每当你碰到一个难题，就应该用积极的心态抓住它，解决它。这样你会成为更善良、更大度、更有智谋、更成功的人。

当你在追寻成功的路上遇到问题，你就要去分析它，然后去解决它。在这个过程中，你要不断地鼓励自己，对自己说："我很棒，我能行，我能做好！"然后再积极地寻求解决这个难题的方法，找到的方法越多越好。不要因一时找不到方法而放弃，任何时候都要告诉自己要多忍耐，多走些路。

现在，普遍看来，每个人都会遇到 3 类问题：

（1）个人问题——情绪问题、经济问题、心理问题、道德问题、健康问题。

（2）家庭问题。

（3）事业问题或职业问题。

这些问题都是生活中每个人最直接、最普遍的问题，我们要给你讲述一个故事：他曾遭遇过一个人所能经历的几个最严重的问题。当你阅读这个故事时，你可以看到他是如何运用积极的心态解决遇到的每个难题，直到取得了最后的胜利的。

在芝加哥北密歇根大道，有一个叫"富丽哩"的地方。1939 年，因为地区经济倒退和行业发展过剩，那个街区的办公楼群一直未得到合理地开发和利用，很多大楼都是空荡荡的。一座楼若是出租了一半就算是幸运的。那时，你常常可以听到这样一些论调："登广告毫无意义，根本就没有钱""我们没有必要工作"……然而就在这时，一位抱着积极心态的经理进入了这个景象阴翳的地区。他有一些想法，并且立即行动起来了！

他受一家保险公司的委托来管理该公司在这个街区的一栋大楼。然而当他接手这栋大楼时，这栋大楼仅仅出租了几间办公室。他面临着一项严峻的挑战。

他知道自己想要做什么，为了保证最优效益，将所有房间出租出去，他自己确立了 5 项原则：

（1）要选择称心的房客。

（2）要激发吸引力，号称打造全芝加哥市最豪华漂亮的办公室。

（3）同时租金和现在一样保持不变。

（4）如果房客按为期一年的租约付给我们同样的月租，他就对房客现在的租约负责。

（5）此外，他雇用优秀的建筑师和装饰工，根据新房客的个人爱好，为房客免费装

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

修房间。

他还通过推理得到：

(1) 如果几年内都不能出租一个办公室，他就会没有任何收入。如果他坐视不理，只会让情况更加恶化。所以他必须行动起来，满足房客们的需要，让他们在未来数年都在这里租住。

(2) 出租办公室已经形成了以一年为基数的传统。所以房间一般只会空几个月，就可以入住新房客。这样就可以有效利用办公室，持续有租金收入。

(3) 在一所设备良好的大楼里，如果一个房客一定要在他租约满期的那一年年末退租，也比较易于再租。免费装饰办公室也不会亏本，因为这会增加全楼的商业价值。实际上，这么做效果极好，房客们都很热衷租住这种富丽堂皇、新近装修的办公室，而且还能为他们省下一笔装修费用。

最初这座大楼仅有10%的办公室出租，到年底竟然全部都租出去了，而且还有长长的待租人名单送到他的面前。没有一个房客在租约满后想走，他们很高兴进驻这些超现代、豪华的办公室。第一年的租约期满后，他也没有提高租金。这样，他就赢得了房客们的信任和友情。

亲爱的朋友，这便是多走几步路对您事业的重要影响！任何时候都要告诉自己要多忍耐些，要多走些路。

4. 正确的思考

你经常思考一些什么问题呢？你的思路清晰吗？你思考的结果正确吗？一只昆虫可能被蜘蛛网捉住，一旦陷入这样的困境，昆虫就会焦躁地挣扎，但只会更难拯救自己。人类在面对问题时也会出现这种情况。但人类却可以更容易地拯救自己，只要你控制好自己的心态。好的心态可以让我们避免心理结上蜘蛛网，也能够清除我们心中的蜘蛛网。当我们陷入蜘蛛网时，我们也依然能够从中解脱，获得自由。

我们的思想蛛网之一便是：没有经过正确的思考便匆匆确定行动。我们都知道，我们内心的想法，或者说是自我意识，驱使着我们去行动。但是请注意！我们不能仅凭自己片面的想法就开始行动。对于投资，这尤其危险！要在行动前与行动中不断提示自己：认真辨识事情进行的性质与状态。行动有多大胆，你的反思也要有多大胆。一经反思，你便可以看到以下这些在你心中积存与新生的蛛网：

(1) 消极的感情、情绪、激情、习惯、信条和偏见。

(2) 只看到别人的缺点。

(3) 不健康的思想和习惯。

(4) 根据虚假的前提推断出虚假的结论。

(5) 以偏概全的看法来作为行动的基本或者重要的前提。

(6) 担心应用心理的力量是渎圣的。

(7) 由于语义上的误解所造成的争论和失败。

(8) 出于一己私利，自己不诚信或者迫使他人不诚实。

(9) 其他。

由此，你就可以看到这些不同类型的蛛网——有些是细小的，有些是巨大的；有些

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

是脆弱的，有些是结实的。然而，若是你把自己思想的蛛网列一张表，然后仔细检查每个蛛网的各条蛛丝，你就会发现，它们都是由消极的心态织成的。如果你再作进一步的考察，你就会发现这其中最顽固的蛛网是惰性蛛网。惰性使你无所事事、毫无作为；它会让你转向错误的方向，使你懒于改变或不思进取。你就会消沉，走向人生的下坡路。你敢于消除你思想上的蛛网吗？回答我！

对于那些不清楚事实或者缺乏知识经验的人来说，某些事看起来似乎合乎逻辑；然而对于一个有真知灼见并有丰富经验的人来说，则可能完全是毫无逻辑。当你在作决定时，如不肯保持开朗的心胸，不肯去学习真理，那就是愚昧无知、自毁前途。

里·布拉克斯登出生于美国北卡罗来纳州怀特维尔市。他的父亲是一位勤奋的铁匠，他是父亲12个孩子中的第十个。他们家人口多，生活也很艰辛，布拉克斯登小时候就开始挣钱，比如擦皮鞋、送货、卖报，为自己攒学费，勉强读完了小学六年级。后来他进入针织厂做技工的助手，慢慢成为技工。当他成为技工时，他结婚了，日子过得很不宽裕。婚后一年，孩子出生了，日子就变得更艰难。然而不幸的事情却接连袭来，他失业了，因为他无力偿付抵押金，他的房子也被没收了。布拉克斯登一家似乎陷入了绝望的境地。

但是，布拉克斯登很自信，因为他知道自己是一个有技术、有能力的人，肯定能找到合适的工作。他从朋友那里借到一本名为《思考致富》的书，将这部书读了好几遍，他想从这里面找到致富的方法。他在心里不断地思考："首先，我必须发扬积极的心态，以便能利用我的能力和机会；再次，我必须选择一个明确的目标，是的，比过去更高的要求，不仅仅是做一个技工就够了。我必须行动起来，从我找到的第一份工作开始。"

于是他开始寻找工作，终于，他找到了一份工作。这份工作开始时报酬不多，但是他明白自己内心的需要。过了几年时间，他就创办了怀特维尔市第一家国民银行，并成为总经理，还开办了许多成功的企业。后来，他还被选为怀特维尔市的市长。你看：通过正确地思考，积极地努力，他成功了。今天，里·布拉克斯登还在过着很有意义的生活。因为他履行了这样一条成功的原则：用积极的心态，指挥你的思想，控制你的状态，掌握你的命运！

5. 自我控制

如果你想要成就一番事业，那你必须现在就开始行动。在此，我们可以运用"自我发动法"。"播下一个行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。"伟大的心理学家、哲学家威廉·詹姆士这样说过。"自我发动法"实际上就是一句自我激励警句："立即行动！"无论何时，当"立即行动"这个警句从你的脑际闪过时，你就应该将你的想法付诸实践，是的，你现在就应该立即行动。不少人都有拖沓懒惰的习惯。由于这种恶习，他们经常出门误车，上班迟到，或者失去更重要的——更好地改变他们整个人生进程的良机。历史中记载了大量这种恶习对人类的严重影响。

通过自我暗示与自我控制，你可以恢复良好的状态，调整你的现实处境；通过它，你还可以将荒废无聊的一天变成欢乐愉悦的一天。

在自我控制的同时，也不要忘记用同样的内力激励自己。什么是激励？激励就是鼓

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

舞人们作出抉择，并立即行动起来，即“内部催动”。本能、热情、情绪、习惯、态度、冲动、愿望或想法，这些都是能激发人行动起来的“内部催动”。很多人都是受到某种激励而去做事的。激励的动机有很多，其中最基本的 10 种是：

（1）自我保护的愿望。

（2）愤怒的情绪。

（3）恐惧的情绪。

（4）希望表现自我与获得认可。

（5）死后生活的愿望。

（6）谋求身心自由的愿望。

（7）性的情感。

（8）憎恨的情绪。

（9）爱的情绪。

（10）获得物质财富的愿望。

这些都需要自我激励与自我控制。人是自然界中唯一有意识的高级动物，只有人类才能理性地控制自己。

你的理智不一定立即就能控制你的情绪，但是你的行为可以控制情绪。你要用积极的情感代替恐惧。只要做到这一点，你就可以使用一个有效的方法——自我暗示，即用自我命令说出：你想要成为怎样的一个人。这样，如果你是一个心有恐惧而又想变得勇敢的人，你就可以发出自我命令：“要勇敢！”并且迅速重复这一积极的言语：勇敢、勇敢、我很勇敢！紧接着你就自然地开始你勇敢的行动。

勇敢的同时，也要注意自己的修养。修养几乎可以说是自我控制的同义词。修养对人们在行动中的暗示、激励与保持有着重要的作用。富兰克林所列举的 13 种修养之德是：

（1）节制：食不过饱，饮酒不醉。

（2）诚恳：永不欺诈，思想严明。

（3）有序：物有所处，事有所时。

（4）决心：处理问题，当断即断。

（5）适度：不走极端，学会自制。

（6）勤勉：不费时间，该做就做。

（7）寡言：言必有益，避免空谈。

（8）公正：不错待人，勇于承担。

（9）俭朴：用钱适当，切忌浪费。不干“昧着良心赚钱、损害健康花钱”的事。

（10）清洁：不只是服饰、住所，还有行为。

（11）镇静：遇事不慌，镇定自若。

（12）贞节：切忌房事过度，不要损害自己或者他人的平静和名声。

（13）谦虚：仿效耶稣和苏格拉底，越伟大越谦虚。

查理·华德家境贫寒，17 岁读完高中就离开了家，加入了流动工人大军。他嗜好赌博，和一些军事冒险者、逃亡者、走私犯、盗窃犯等“边缘人物”混在一起。后来，他

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

因走私麻醉药物而被判了刑。

进入莱文沃斯监狱时，查理 34 岁。他个性争强好胜，经常在狱中吹嘘任何监狱都无法困住他，他一直在寻找机会越狱。但此时发生了一个转变。在他的内心中，某种东西嘱咐他：要停止敌对行动，变成这所监狱中最好的囚犯。从那一瞬间起，他整个的生命浪潮都流向对他最有利的方向。查理·华德的思想从消极转变成积极。他开始掌握自己的命运了。他寻找各种方法，以便在狱中尽可能地过得愉快些。他向自己提出了几个问题，并在书中找到答案。此后，直到他在 73 岁逝世的日子，他每天都要读书，从中寻求激励、指导和帮助。

一天，一个刑事书记告诉他，一个原先在电力厂工作的受优待的囚犯将要获释。查理·华德对电懂得不多，但监狱图书馆藏有关于电的书籍，他就借阅了一些。在那位懂得电学的囚犯的帮助下，查理掌握了这门知识。不久，查理在狱中得到了工作。后来成了监狱电力厂的主管人，领导着 350 个人，他鼓励他们要改变自己的境遇以达到到最佳的地步。

查理出狱后，来到了圣保罗市，找到了一份周薪 25 美元的工作。两个月内，他就成了工头。一年后，他成了一名主管。最后，他成了副会长和总经理、董事长。在他的管理下，公司每年销售额达到 5000 万美元以上，成了同行业中最大的公司。查理的人生转变告诉我们：请准确而精密地把握住你现在的状态！控制它，像世界控制你一样！

6. 集体心理

作为一个生活在社会中的人，我们无法不去爱别人。请注意！你是集体中的一员。你是家庭、公司、学校、机构的一员，当然也是最重要的一员！

当你完全融入集体世界时，你就会如鱼得水般的顺利，你可以从中获得各种信息、人脉关系，甚至是成功。集体的力量也能够使你化险为夷，逼近你成功的目标。

你认识艾德华·瑞坎巴克吗？他可是美国最成功、最受尊敬的人物之一。喜欢他的人都亲切地称呼他为艾迪。因为他在一次事件中以勇敢和乐观，感染了集体的心理。那次，艾迪的飞机在太平洋坠落。连续 3 周都没有搜寻到他们的踪影，茫茫大洋里，飞机残骸转瞬即逝。那时候人们都认为飞机上的人不幸全部遇难了，可是到了第三周的最后一天，机长艾迪等人获救了。这一消息震惊了世界。你可能无法想象机长艾迪和他的机组人员面对的困难，他们漂浮在 3 个木筏上，除了茫茫的大海和天空，什么也看不见。他们遭到了飞机坠海时所受到的震动之苦，还遭受着烈日酷晒之苦和饥渴之苦……对于这些我们没有亲身感受的痛苦，就让我们直接看看艾迪在他的书中是怎么说的吧：

“我一直告诉我的伙伴们，我相信我们会得救，我知道有的人并不相信这一点，特别是我们都不知道熬过了多少个夜晚之后，我的几位伙伴开始想身后的事情。直到这个时候，我也相信只要自己还活着，就一定能够获救。真的，我力图把我自己的这种人生哲学，或者是这种想法告诉这些伙伴们，希望能激励他们坚持下去。我想，这就是我在这个集体中需要承担的责任。我有着丰富的经验：在严酷的环境中，受苦愈久，我就愈加坚定自己的意志。这是年龄大的人获得的一部分智慧。所以，生存着被拯救是我心中不灭的希望。”艾迪机长的故事告诉我们：在集体中获得力量，也要运用这种力量激励集体中的每个人！在激励自己和别人时，希望是一种神奇的力量。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

7. 运用信心

如果你已经拥有积极的心态和控制自我的能力，那么你就应该有战胜一切困难的信心。什么是信心？信心就是因为自己有了信仰从而被这个世界所信任的心理。虽然我们有时候对这个世界也充满了怀疑，但只要我们拥有了信心，就会使我们的行动更具有可能性，减少事情的难度，就可以直接切中要害、实现目标。

一个没有信心的人，可能连自己的成功也会怀疑，从而失去了所有的生活意义，这种人最不可取。古往今来，成大事者都是信心十足的人。

“信心使我们成功！”这话虽然浅显，却很有意义。

乔治·康贝尔出生时双眼就看不见任何东西。“这是双眼先天性白内障。”医生说。乔治的父亲盯着医生，不敢相信自己的孩子刚出生就是盲人。“难道你就没有办法吗？手术也没有用吗？”医生摇摇头说：“至今，医学界还没出现治疗的方法。”虽然乔治双眼失明，但在父母的精心呵护下，他的生活也过得丰富多彩。作为一个小孩，他还不知道自己失去的东西。

然而在乔治 6 岁时，发生了一件事。那天下午，他正和一个小伙伴玩耍，小伙伴抛给他一个球，随口喊了一声：“小心，球要砸着你啦！”这个球虽然没有伤到乔治的身体，却砸到了乔治的内心意识。他当时就愣住了，心里出现了很多疑惑。后来他问母亲：“比尔怎么在球砸到我之前就预料到我会被砸到？”母亲禁不住心里叹息，她担心的事还是发生了，现在她必须要告诉自己的儿子：“你是瞎子。”

她努力用一种让儿子能够明白的方式告诉他。“乔治，坐下。”她温柔地说道，伸手拉住他的一只手：“1－2－3－4－5，这些手指头代表着人的 5 种感觉。”她用大拇指和食指依次捏着孩子的每个手指。“这个手指表示听觉，这个手指表示嗅觉，这个手指表示味觉，这个手指表示触觉。”她犹豫了一下又说道：“这个手指表示视觉，这 5 种感觉中的每种都能把信息传送到你的大脑。”她把那表示视觉的手指弯起来，按住，使它处在乔治的手心里。“乔治，你出生的时候就与众不同。”她说：“因为你仅仅用了 4 种感觉就能感受到这个丰富多彩的世界。现在我要给你一样东西，你站起来。”她温和地说。

乔治站起来了，他的母亲拾起他的球说：“现在，伸出你的手，抓住这个球。”乔治伸出手，摸到了球，他把手指合拢，抓住了球。“好，好。”母亲说：“我希望你不要忘记你刚才所做的事，乔治，你能用 4 个而不用 5 个手指抓住球。如果你由那里入门，并不断努力，你也能用 4 种感觉去抓住丰富而幸福的生活。”

此后，乔治一直记得“用 4 个手指代替 5 个手指”的信条。对于他来说，这就是希望。每当他对自己生理的障碍感到沮丧时，他就用这个信条激励自己。这成了他自我暗示的一种形式，也是他信心的源头。他相信母亲的话：虽然他只有 4 种感觉，但同样能够抓住完美的生活。

乔治的故事并未结束。他在读高中时，因为生病住进了医院。当他逐渐康复时，父亲给他带来一个好消息：医学界已经出现了治疗先天性白内障的疗法。但是这种疗法的成功率不高，有着失败的危险。所以做这个手术需要承担失败的风险。

乔治为了打开他从没运用的视觉窗户，他愿意冒着危险做手术。半年时间里乔治接受了 4 次精心的外科手术，每只眼睛各做两次。他的眼睛蒙着绷带，他在阴暗的病房里

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

躺了好些日子。

终于到了揭开绷带的日子。医生慢慢地、小心翼翼地拆开缠绕他头部和蒙住眼睛的纱布。他躺在那儿激动不已！过了好久，他听到医生在他的床边走动，什么东西出现在他的眼前。“现在你能看得见东西吗?”医生问道。乔治微微抬起头，觉得眼前模糊地出现了一个有色彩的形象。“乔治!”这是母亲的声音。在他 18 年的生命中，乔治·康贝尔第一次看见了母亲。62 岁的她眼神疲惫、满脸皱纹、手上还有瘤结。但在乔治眼里，她是一个美丽的天使。他看到的母亲不只是视觉呈现的美，而是那多年辛劳的教育、费心的忍耐，不断用爱温暖他的伟大母爱。直到今天，他还珍惜第一次所见到的景象。从此，他学会了珍惜他的视觉。他说：“没有人比我更深刻地理解到视力的奇迹，如果没有视力我们的生活会多么困难。”

其实，如果没有信心，我们的生活也会很困难。

8. 令人愉快的性格

在某个环境中，你可以舒展自己的个性、能力、才能，在这里工作、生活让你愉快和成功；但是在另一个环境中，则很可能出现截然不同的情况，你感到一切都不如意。也许你也有这种倾向：乐于在自己喜欢的环境中，做自己想做、喜欢做的事。当你做不称心的工作或自己不擅长，甚至内心上很讨厌的工作时，你就像“圆凿方枘”，总感到格格不入。其实，即便在这种令你不愉快的环境里，你仍然可以不断地改变自己的地位，把自己置于愉快的环境中。

也许改变你的个性和才能并非易事。那么，你可以调整自己的环境，使之符合你的个性、能力、才能，使自己愉快起来。当你做这件事时，你便是在把圆榫眼改方，也就是改变你所处的环境，使其适合你的需要。这样你就可以转变消极的态度，以积极的态度来解决问题。

只要你保持和发扬积极向上的愿望，你就能改变旧的倾向和习惯，建立新的倾向和习惯。如果你能受到充分的激励，你便可以把方榫头改圆，即改变你自己。但是，在改变旧的倾向和习惯之前，你要准备好面对心理和精神上的冲突。若是你愿意付出代价，就一定能够胜利。

在进行这种内心斗争时，为了保证成功，你要热诚地努力保持身体、心理和道德上的健康。

阿赛姆是夏威夷王族的后裔，他任一家大公司驻夏威夷办事处的销售经理。阿赛姆热爱销售工作。当然，这是因为他熟悉这个行业，工作起来得心应手。但是，即便是他这样的老资格也会遇到工作上的困难。最重要的是他的性格和心态，他乐观开朗，乐于和同事们分享销售的成功法则；他努力克服困难并保持积极的心态，经常对销售工作进行研究、思考和计划，而且还阅读励志、自助的书籍。通过这些，他总结出 3 条原则：

（1）使用自我激励警句，以控制自己的心态。

（2）确立目标比没有目标使你更易于认识那些会帮助你达到目标的事物。如果你具有积极的心态，你的目标愈高，你的成就也将愈大。

（3）在任何事情上要想取得成功，必须懂得那些事情的发展规律，并了解如何应用规律。而且还要定期从事建设性的思考、研究、学习和计划。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

阿赛姆相信这些原则，并将这些原则实践于他的活动中。他研究公司的销售手册，并实习他在实际销售中所学到的东西。他力争达到他确定的崇高目标，每天早晨他都会对自己说：“我觉得健康！我觉得愉快！我觉得大有作为！”他的确是健康、愉快和大有作为的，他的销售成绩也的确很可观。

当阿赛姆确信他对销售工作很熟练的时候，他就把一群销售员召集到一起，把他的经验教给他们，并用公司的训练手册中提出的最新、最好的销售方法训练他们，让他们树立高销售目标，并用积极的心态去达到这个目标。

每天早晨阿赛姆小组都聚会一次，热情地同声背诵：“我觉得健康！我觉得愉快！我觉得大有作为！”然后他们一起笑，互相拍拍背，祝贺一天的好运气，然后去完成他们当天的销售定额。他们每人都订了一个目标，目标之高，使美洲大陆上经验丰富的销售员和销售经理都感到吃惊。每逢周末，每个销售员都要递交一份销售报告，这让公司的总经理和销售经理都很满意。

阿赛姆和他的销售员们真的很愉快，真的很满意他们的工作吗？你可以相信这一点，其主要的理由在于：

（1）他们已经对自己的工作非常熟练，他们了解和掌握了自己工作的规律和技术，以及如何应用这些规律，所以他们做每件事都能得心应手。

（2）他们定期确定目标，而且相信能达到目标。他们知道：只要用积极的心态去干，他们就能达到预期的目的。

（3）他们能应用自我激励警句，以便持续地保持积极的心态。

（4）他们能享受随着圆满完成工作而带来的快乐。

其实，你也可以像阿赛姆和他的销售团队那样，大声地说：我觉得健康！我觉得愉快！我觉得大有作为！

9. 个人的首创精神

你要遵循以下 4 条原则：

（1）把你的目标写出来。你的目标不仅要屹立在你的心中，还要写出来，让你瞩目于它。这样就会在你的心中产生深刻的印象，以至于激励着你去实现它。

（2）给自己确定时限。在你给自己确立目标的时候，你也要限定取得成功的时间。其重要性在于激励你不断地向目标迈进。

（3）一个更高的目标。不要追求平庸，不要满足于现状，你应该确立更高的目标。更高的目标激发你释放更多的激情、付出更多的努力。你定的目标越高，你为达到目标的努力就越集中。

（4）用你最大的努力做你最擅长的事，这样更容易接近你的目标。面对远大的目标，你应该胸怀壮志、精神盎然，但你更应该凭借自己的优势，拥有自己的首创精神。一个明显的事实是人们最容易在自己熟悉的领域取得成功。

此外，如果你能给自己的目标制订出一个详细的蓝图，那就更好了。

小时候的瓦尔特·克拉克想当医生，可是长大后的他又想当工程师。于是他就去哥伦比亚大学攻读工程学。进入大学后，他对外在世界的机械、工程没兴趣了，他发现世界上最复杂的工程是人的心理。所以他又转攻心理学，研究人类心理功能，最后获得了

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

硕士学位。毕业后，瓦尔特·克拉克担任着几家著名公司的人事职员。当时很流行运用心理测试来获得应聘者的某些资料，比如智商、心理素质、社会经验等，当时瓦尔特的主要工作就是做测试和分析。用他自己的话说，就是："就像工程师选择适当的部件，并把它安装到适当的位置上，以使机器能有效地运行。我做的事也是如此，选择恰当的人担任恰当的工作。"不过在工作中，瓦尔特和许多人事职员一样，发现了一个问题：很多人在心理测试中表现出高智商、优秀的资质、阳光的性格，可是在实际工作中仍然会经常失败。"为什么会有那么多的缺勤者、人事变动和失败呢？"这是困扰当时企业老板的问题，也是困扰瓦尔特的问题。瓦尔特在不断努力寻求一种更好的测试或者解释的理论。瓦尔特明白：人类不是一个机械体，人具有心理，一个人所处的环境和心理状态有着密切的关系，其成败与否可能是因为是否受到外在的激励。因此，瓦尔特制订出一种新的测试技术，其作用在于：

(1) 指出个人在愉快的或痛苦的环境中呈现出不同的行为倾向。

(2) 说明环境的种类，让人们融洽的有利环境或者让人们产生心理排斥的不利环境。

(3) 指出人在本质上有"自然而然"的行为习惯。

运用这种技术，就能成功地分析出具有某些条件的人适合什么样的工作。这就是被称之为活动矢量分析的技术，其广为人知的简写术语是 AVA；它的基础是语义学，特别是个人对词形的反应。瓦尔特根据就业申请者所给的答案，设计出一种图表。他还求得了一个公式，用以设计类似的图表，使之能适用于任何特殊的工作。当他发现申请者的图表符合某种工作的图表时，他便找到了人员与工作的完美结合。这是为什么？因为这时申请者就会获得最适于他的工作。一个人能做他所喜欢做的工作是非常惬意的，当然就很少出现缺勤和失败了。

按照瓦尔特的设想，活动矢量分析可以帮助企业或者其他用人机构实现最优管理。这主要表现在 4 个方面：(1) 选择人员；(2) 发展管理；(3) 减少因缺勤而造成的巨大损失；(4) 加速人员的周转。如果你也在你的目标之路上，那么，请发挥你的首创精神，那是你用来进行竞争、取得优胜的强有力武器！

10. 热情

曾经"成功学训练班"的教师与学生有过以下的对话：

教师："你想使自己有热情吗？"

学生："是的。"

教师："那就请你学习这句自我激励警句：'要热情，就要行动热情。'请重复这句话。"

学生："要热情，就要行动热情……"

教师："很好！在这个肯定句中，关键词是什么？"

学生："行动。"

教师："说得很对，现在我们来解释这句话。这样，你就可以学会这个原则，如果你想变得热情，你该怎样做呢？"

学生："要想变得热情，就要在行动上很热情。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

我们是否可以将这个对话进行推演：你可以继续把这句警句同任何值得推行的德行或个人目的联系起来。例如，可以用“公正”作一个例子，你可以在卡片上写下：“要公正，就要在行动上公正。”

然后教师可以这样告诉学生：记住，当你接受了别人的某种观念时，它就成为了你的观念，为你所用。我教会了你热情的观念，那么请你在行动中热情起来。现在我要用热情的语调谈话，也要你热情地行动。为了使你能够热情地谈话，我给你7条意见：

(1) 大声讲话！如果面对许多听众，你紧张得发抖，脑子里面是一团乱麻，你就要学会大声地说话！

(2) 快速地讲话！当你快速讲话时，你就能够更好地提高你的注意力和心理功能。这就像在阅读书籍的时候，当你集中注意力快速阅读，就能避免慢慢读的昏昏欲睡。那么，一般用于读一本书的时间，你能读两本书，并且获得更透彻地理解。

(3) 强调！要强调重要的词，强调那些对你或你的听众来说是重要的词，如“你”这样的词。

(4) 暂停！在书面文字中，顿号、逗号、句号或其他标点符号表示停顿，在你的讲话中，也要在这些地方做适当地停顿。这样，你可以获得戏剧性的静默效果，听众的思维也能赶上你所表达的思想。而且你如果想表现强调的效果，你就要在想要强调的词后面停顿一下。

(5) 你的声音要带着微笑。这样，你大声而快速地说话时，就能避免发音粗哑。你若面带笑容，眼含微笑，你的语言也包含着微笑。

(6) 改变声调！特别是你要做长时间的演讲，这一点就尤其重要。记住：你可以改变你的音调，比如你可以大声而快速地演讲，也可以用谈话的语调亲切地演讲。

(7) 当你镇定自若以后，你就能用热情的、和谐的语调讲话了。

热情，这种火热真挚的情感可以铸就一个热情开朗的人，拿破仑·希尔先生的故事就是最好的例证。他小时候在家里很不受待见。母亲生下他不久就去世了，所以父亲和兄长们都认为他是一个顽劣的怪胎。比如附近的水坝开裂了，一棵树突然被吹倒了，或者是牧场的母牛丢了，他们都会不约而同地想到：这是小拿破仑·希尔干的。大家认为他很顽劣，他也报复似的表现出顽劣、无可救药地淘气。

突然有一天，他的父亲对着几个孩子说他要再婚。是的，当时几个孩子都很担心，他们都很害怕继母的到来。当然，最害怕继母的就是顽劣的小拿破仑了。不过这位新妈妈到家的那天，她主动走到每个房间去问候每个孩子。最后她来到了小拿破仑面前，小家伙抱着自己的胳膊，冷冷地看着她。父亲说：“这就是拿破仑，是希尔兄弟中最坏的一个。”拿破仑·希尔仍然记得，他的继母如何回应父亲的话。她和蔼地抚摸小拿破仑的脑袋，眼里流露着爱意，温柔地说：“你说你是最坏的孩子吗？我看你不是，你应该是最活泼最伶俐的一个。”她让小拿破仑感到了久违的爱和呵护。是的，这位伟大的继母在后来所做的，就是用她的热情和爱意来打动这个顽劣的孩子，让他将聪明伶俐发挥到学习和人生规划上来。

后来，因为继母爱意的呵护和坚定的信心，拿破仑·希尔先生成为了一位成功的人。当然，他的成功也证明了继母的成功。他始终没有忘记继母对他说的那句话：“当

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你去激励别人时，你要使他们有自信心。”这是拿破仑·希尔的事业支柱，也是他教给许多人的励志警句。

11. 集中注意力

你要记住！即便你已经进入了成功阶段，或者说是创造阶段，你也会遇到很多艰难困苦。如果你没有注意到这些困难，你就将自己拖入了危险时期。所以在越靠近成功的巅峰，你越需要注意：请你谨慎小心，集中注意力!! 集中注意力也可以提高你的灵敏度和准确度，所以你还需要记住：瞄准之后，大胆地投资！

集中注意力不仅是一个意志问题，也是一个心理问题。

人们有所谓的传心术和洞察力吗？面对这个问题，我们可以作如下的回答：不久以前，人们还不相信下列的一些想法，甚至嘲笑这些为空想，但现在，人们却认为这些都是理所当然、真实可信的：

（1）物质可转变成能量，能量可转变成物质。

（2）原子的分裂。

（3）人造卫星。

（4）喷气动力。

（5）日用必需品，例如电视。

电子计算机的情况也是如此，它是根据人的计算机——人的大脑和神经系统来设计的。现实中的每种计算机，都是由具有积极心态的人们所构思、设计和完成的。我们的结论是：人们拥有复杂的心理，能够构思许多东西，人们也可以用积极的心态完成这些构思。所以我们的生活总可以拥有电视机、电子计算机。但是一切的发明和机器都无法与人类的大脑相比。这就是你所拥有的奇妙的人的计算机——你的大脑和你的神经系统，它们具有进行高级智慧活动的能力。

人不仅具有肉体，还具有心理。心理由有意识心理和下意识心理两部分组成。我们已经特别强调了下意识心理的概念——它的已知和未知的能力和力量。有意识的心理其实就是你的注意力所及的那一部分，它在我们的世界中同样重要。

在美国的蒙大拿州西部边境比特鲁特山区的达比镇，人们好多年都习惯于仰望那座晶山。这座山有一段侵蚀暴露出的晶体部分，这些晶体微微泛出亮光，所以叫做晶山。早在 1937 年，这里就修建了一条直接越过这块晶体岩层的小径。但是直到 1951 年，没有一个人发现他们脚下是一片矿石宝藏。

就在 1951 年，康赖先生和汤普生先生在达比镇看见了一块矿石。他们记得，在矿物展品中展出了一种绿玉标本，下面的说明说这种绿玉可用于原子能探索。他们惊喜万分，立刻买下了这片山，并在山上立柱，表示拥有了所有权。汤普生把矿石的样品送到斯波堪城的矿务局，并告知这种矿石在达比镇储量巨大。很快矿务局的人就派人来勘察，并且进行样品分析。最后认定这里是世界最大的优质铁矿储藏地之一。直到今天，晶山仍然在向外面运送着大量的铁矿石。当然源源不断的财富也开始在这里聚集。不少政府代表和钢铁企业财团守候在这里，他们都急于购买这些矿石。

多少人错过了晶山的宝藏，而两个年轻人，不仅用他们的生理眼睛去观察，而且不怕麻烦，用他们的心理眼睛去思考，最后发现了这巨大的财富。请注意，机遇与成功已

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

经逼近了，它们就在你的身边。只要你用心去发现……

12. 协作精神

在追寻成功的路上，我们有集体心理就足够了吗？不，我们还需要与团体或者他人的协作精神。如果你挺身而出，站出来为他人的利益而呼吁；如果失败能够激励你去争取成功；如果你面对危险，依然勇敢；如果工作忠诚，又能充分利用你的机会；如果你能自谋生活，不挥霍浪费你的财产，能慷慨解囊帮助那些贫困的人们，并在经济上帮助有价值的事业；如果你每天做一件好事，而不期望获得报答；如果你对每个活着的男人、女人和小孩，不管种族、肤色或信仰都当成是兄弟，并对每个人都友好；如果你对所有的人，特别是弱者、无助者和不幸者都很有礼貌；如果你不偷懒或者躲避困难，并且勤劳、愉快地工作；如果你忠于你的家庭成员、你的工作和祖国，忠诚对待所有应该受到忠诚对待的人；如果你尽最大努力履行你对国家的义务；如果你总是帮助别人；如果你能保持身体健康，头脑清醒，品德端正。如果你的所作所为达到了这些标准，那么，你就已经站在成功的入口处，你就可以得到打开财富城堡的钥匙。如今，准备好夺取成功吧！

拉汶与妻子爱丽丝是一对恩爱的夫妻，也是亲密协作的经营者，他们每天都在一起工作。他们自己制售一种化妆品，与此同时，也推销其他公司、品牌的化妆产品。他们起步的时候由于没有足够的运营资本，所以事事都必须亲自来做。

后来，他们的买卖做得越来越好，爱丽丝也逐渐成长为优秀的管理者和购销专家。他们还以商人的精明和合作方式——就是寻求协调合作的方式，先后接受了律师、会计和税务专家的服务，并从中受益匪浅。他们把节约和盈余的每分钱都再投资到商业中去。“需要”激励着他们研究、思考和计划，使得他们投入的资本不断增殖。他们也努力工作，不浪费时间，在每个工作时间里都能取得最优的效果。当拉汶雄心勃勃地不断打破过去的销售记录时，他们的销售额便逐月上升了。他在同行业中成了专家。

我们可以说，拉汶夫妇是学会了与人协作的人，拉汶就是运用协作的精神促进他事业的飞跃。那我们就来看看他是如何做到协作的。

一个事例是：拉汶的银行顾问给他介绍了3位银行的主顾，他们3人向另一家化妆品公司做了投资，因而需要向一位懂行的人请教。拉汶熟悉化妆品行业，给他们提供了帮助。

另一事例是：他帮助了一位洛杉矶顾客，这位顾客出于感激给他透露了一个商业机密：生产高级美发产品 VO—5 的公司可能要卖掉。拉汶十分激动。他知道这家拥有15年历史、生产高级产品的公司很有声誉，现在却要卖掉。这是他扩大事业的一个绝好机会。拉汶立即行动和这家公司接触。没过几天，拉汶就和那家公司协商好了。是的，通常这种交易费时耗力，需要好几周、甚至好几个月才能完成协商。由于拉汶通过协作积攒的人脉为他解决了不少问题，所以很快就和那家公司协商好：该公司以40万美元把公司卖给拉汶。当时，拉汶的事业正是蒸蒸日上的时候，然而他并没有多少流动资金，他所挣的钱都再投资到商业中去了。他从哪里去筹措40万美元呢？离成功仅有一步之遥了，他站在成功的门外，他突然想到他认识的那些朋友，特别是他帮助过的人，肯定也会在此时帮助他。他立即通过长途电话找到上面那件事例中的三位顾客。他们都是富

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有经验的银行投资人，拉汶想通过他们解决资金困难。最后，这三位愿意投资，帮助他收购并经营这家公司。他们提出的条件是：

（1）拉汶要巩固自己所有的业务。

（2）将全部的精力都集中到经营这个大公司中来。

（3）公司要在 5 年内，以每年偿还 1/4 的分期比例偿清贷款，贷款利息依照现行利率。

（4）公司 25％的股票作为鼓励投资的奖金。

拉汶接受了他们的要求，他以这 40 万美元的投资收购了那家公司。不久，拉汶的 VO—5 美发产品就畅销美国及国外不少地区。一个能与他人协作（当然不是胁迫）的人，是战无不胜的。因为，他利用了一切可利用的资源。

13. 总结经验教训

当你回顾这一路走来的过程，总结经验教训时，那些曾经模糊的暗示都逐渐明晰起来，就像从一堆沙中淘拣出金子，这些金子可以帮助你准确地把握住现在，拥抱未来。

毕尔是一个很有经商头脑的人，他 19 岁就开了一家商店，专门经营兽皮和皮革。可是没过多久就破产了。但挫折并没有压垮这个年轻人，反而更加刺激了他。不久他又开始探索通往成功的新途径。毕尔很想致富，于是他在励志的书中寻找获得财富的方法。他发现了一本名为《思考致富》的书，不禁欣喜若狂。他仔细阅读这本书的每一页。但读了 3 遍后，还是不清楚世界大财团是如何获得财富的。

后来，他又开始第四遍阅读《思考致富》。有一天他正在辛得立商业街上散步，突然一个念头从他的脑际闪过。他伫立在一家店铺的橱窗前，一个励志的方法突然涌现出来。他如获至宝，立刻在街上大喊：“那就是它！我已得到了它！”他突然的爆发不仅让过往的路人诧异，就连他自己都有些吃惊。他怀着这个新发现，匆匆忙忙地赶回家。

他后来对《思考致富》的作者希尔说：“你看，我正在读第四章《自我暗示》，这一章的副标题是‘影响下意识心理的方法’。现在我还记得：小时候，我爸爸曾经高声朗读过爱米尔·柯艾的小册子《自我掌握——运用自觉的自动暗示》。如果爱米尔·柯艾成功地运用自觉的自动暗示的方法帮人克服了疾病，恢复正常健康，那么，人们也可以用自动暗示的方法去追求财富、成功以及其他东西。我的伟大发现就是‘动用自动暗示致富’。这是我发现的一个新概念。”其实这个概念也是毕尔对自己多年失败经历的总结。

然后，毕尔就开始讲述对新概念的理解。“你知道，自觉的自动暗示就是运用人的下意识心理。是的，很多时候我们都是因为外部要求才去行动。而追求成功和财富，更需要人的自我意识，这就需要不断地运用自我提示。这样你可以将自己的目标灌入创造性的思想中，进入心理中富裕的花园，而且成为积极的行动。当你每天全神贯注、有感情地高声朗读两遍致富书的经典语句时，你就是在下意识里不断地加强印象，甚至可以接通你所向往的目标。重复这个过程，你就会逐渐自觉自愿地形成思想习惯。这有助于你将心中的愿望变成美好的现实。在应用自动暗示的原则时，你一定要将自己的心智集中到既定的目标上，直到目标逐渐燃烧为热烈的愿望。那次我从街上气喘吁吁地跑回家，刻写下了我的目标：‘我确定的主要目标是到 1960 年成为百万富翁。’”他继续说：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

“你说一个人应当把他所想要获得的金钱的数量规定得十分明确，并定下日期。我照办了。”

现在和我们在一起谈话的人已经不是以前的毕尔了。虽然他在 19 岁时曾失败过，但如今却是著名的威廉·维·麦克考尔，是澳大利亚最年轻的国会议员，可口可乐辛得立城子公司的前董事长，以及一家为 22 个家族所拥有的著名公司的董事，早已跻身百万富翁的行列。他成功的诀窍就是他自己所发现的自我暗示法。其实这些自我暗示的方法都是人对自己的反思，当你审视过去的经验教训时，你就在定义你的现在和未来。

14. 创造性的见识

现在让我们的成功之路继续前行，进入未知的领域：也就是一些心理现象的动人领域，例如：

（1）超感觉的知觉——能知晓或表现出某种事件及其影响，然而超越了感官感知的理解范围。它包括以下 4 点：

①传心术——读懂别人的想法。

②洞察力——能辨认尚未感觉到的事物的力量。

③预见——能见到未来。

④返见——能见到过去。

（2）思想对事物的作用力——心理对事物的作用。

现在，我们要谈论的问题不得不面对一个现实，那就是现在只能以我们所拥有的常识来探索未知。下面我们用过去的故事来说明。

1893 年，一本由许多心理实验报告和动人故事组成的著作——胡德生的《心理现象规律》，打动了成千上万的读者，成为当时的畅销书。从那时起，公众开始对心理现象产生浓厚的兴趣。然而不少人没有系统的心理学知识和成熟的心智，便害苦了自己。这是由于他们知晓了一些自己内心拥有的心理力量，于是对这些心理力量产生敬畏而又好奇的兴趣。他们未受过适当的教育，他们的思想没有成熟，无法正确调整自己的情绪，因而对这种具有魅力的学科产生偏激的理解。于是许多宗教领袖、科学家以及对人民福利负责的人极其讨厌研究心理现象。他们甚至认为：

①研究心理现象会让人变得狂暴易怒，甚至不能公正对待他人。

②研究心理现象似乎会让人心智不清，不能区别事实和虚构。

③狭隘的认为心理现象就是那些业余爱好者和杂耍演员所做的催眠术，以及由骗子、宣传工具和滥用公众心理的庸医所做的诡计和欺诈。

④研究心理现象会把宗教的基本教义说成是导致罪恶的方向。

在他们的眼里，一切与心理现象相联系的事情都是可厌而且可恶的。所以，心理现象是他们的禁忌。但这些所谓的“禁忌”根本不存在。请抛弃所有的禁忌，这样你的心理、精神与思想才能自由地发展，才能激发创造性的见识，才能去进行创造性的劳动，获得财富。

你也许知道纳陶那先生，他不仅是重型运土机的制造者，也是成功的励志演讲家。他以鼓舞人心的演讲激励着成千上万的人。在这些演讲中，他总是以尊敬的口吻提到“我的前辈”，以及他从这些“前辈”那里得到的鼓励和帮助。你知道这些“前辈”都是

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

什么人吗？

纳陶那只读过几年书，可是他后来却在机械工程上取得了伟大的成绩。不过他最初的事业也不是很顺利。他承包了内华达州胡佛大坝的工程，可是时运不济。他们遇到了几处意外的岩层，钻穿这些岩层的费用远远超过了预算，他原本想在这个工程里大赚一笔，最后却损失不小。

但是纳陶那并没有计较他的损失，因为他知道自己拥有健康的身体、强健的双手和能思考的大脑，还有更多的东西。纳陶那回忆过去时说："在我人生最失意的时候，我突然发现我忽略了最大的财富：我头脑中闪现的灵感。还有一位'沉默的长辈'，它就是前人的智慧和知识。从此以后，我开始记录我的奇思妙想，也开始向前人学习。从此以后，我的事业和所做的一切都开始变得很顺利了。"

拿破仑·希尔先生曾经和纳陶那一起参加过演讲，因此，希尔曾经密切地观察过他。这时纳陶那已成为一位著名的鼓舞人心的演说家。他大部分时间都是乘坐自己的飞机，飞到全国各地进行演说。一天夜里，他和希尔在北卡罗来纳州做了一个演说，在他们飞回家的途中，发生了一件有趣的事。当飞机起飞后不久，希尔看见纳陶那从衣袋里拿出一个笔记本，在上面写了几行字。飞机降落后，希尔问他这个笔记本都记了些什么事。

纳陶那立即从衣袋里掏出那个小本子，看看它："这里面记载着我最近几个月的一些想法，我一直在寻找一个问题的答案，这问题一直困扰着我们的研究。但是你看，这些答案都在这里。"是的，你也可以随身带着笔记本，当你得到一条一闪而现的奇思妙想时，请立即把它记下来！

15. 预算时间和金钱

我们每个人，不论是什么人，多大年纪，多高的文化程度，多好的职业，都能吸引财富，也能排斥财富。我们说："要吸引，而不要排斥财富。"

你想走向成功、发财致富吗？你要坦诚地告诉我。致富是绝对现实的，问题在于你如何去致富。我在这里会教你如何走向成功、发财致富。如在进行投资时，你要排除各种各样不利因素，肯定各方面有利条件后，反复斟酌研究，最重要的是为你的阶段性发展所需的时间和金钱做一个预算。

奥斯朋先生虽然只是一个靠工资生活的人，但他仍然获得了大量财富。他是怎样做到的呢？几年前他退休时说："其实我一直在做的就是让我的钱为我赚钱。"我想你肯定会认为这太简单了，甚至很多人都不屑于这种致富手段。其实，奥斯朋先生在阅读《巴比伦之首富》时发现：财富是可以稳定而安全地获得的。他的致富方法或者原则是：

（1）将每个月薪水中的10%节省下来存储。

（2）每半年将这些储蓄及利息用于投资，投资获得的利润还可以再次用于投资。

（3）当你投资时，你要听取行家关于安全投资的忠告，这样你就不致因冒险而丧失你的本金。

是的，这就是奥斯朋先生的致富原则。概而言之，即从你的薪水中拿出10%用于安全的投资，这样你就可以稳定而安全地赢得财富。

那么，你什么时候开始追寻你的财富呢？现在就做！对于一个投资者来说，在进行

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

投资的时候，他的全部生命是由两部分组成的：时间和金钱！

16. 保持身心健康

如果你拥有积极的心态就可以保持身体健康和心理健康。事实就是如此，你要在现实生活中去做，才能获得、保持积极的心态。如果你能够热情满怀、信心满满地去运用：明确的目标、正确而清晰的思考、创造性的想象力、勇敢的行动、长期的坚持和真正的洞察力，那么你就可以把握和保持积极的心态。

洛克菲勒退休后，拥有巨额财富的他就开始追求长寿。如果自己成为有财富又有健康的身心的人，就会赢得同胞们的尊重。这就是洛克菲勒最初的打算，为了实现这个目标，他为自己设定了 9 条纲领性的规定：

(1) 每个礼拜日都去参加礼拜，将所学到的教义运用在日常生活里。

(2) 晚上睡眠 8 小时，午睡片刻。既要保持做事，也要适当休息，避免过度疲劳。

(3) 每天都要洗澡，保持身体的干净。

(4) 移居佛罗里达州，因为那里的气候有益健康和长寿。

(5) 过有规律的生活。每天到户外打高尔夫球，呼吸新鲜空气和感受阳光；也定期安排室内活动，如读书和其他有益的活动。

(6) 饮食有节制，细嚼慢咽。忌过热或过冷的食物，以免刺激肠胃。

(7) 保持心理和精神的健康。每次进餐时都文雅地说话，并同家人、秘书、客人一起读励志的书。

(8) 雇用毕格医生为私人医生。(他使得洛克菲勒身体健康、精神愉快、生活活跃，愉快地活到 97 岁高龄)

(9) 用自己的财产去帮助那些需要帮助的人。

最初，洛克菲勒主要是为了自己的身心健康，他做慈善，也只为赢得好的声誉。但事实上，他所做的已经超越了个人的自私：他通过向慈善机构的捐献，把幸福和健康送给了许多人，在为他赢得声誉的同时，自己也得到了幸福和健康。他设立的基金会也惠及好几代人。他剩下的生命和金钱都用于做好事，他也实现了自己的目标。

如何成为像洛克菲勒那样身心健康的富翁？首先，你要发扬自己积极的心态，唯有如此你才能吸引更多的财富，才可以像洛克菲勒那样积累财富。但同时你也需要注意：不要忽视自己的身心健康。

说到心理健康的问题，我们需要拿出更多的勇气、付出更多的努力才能达到满意的效果。当然，这是对你有益的，一个身心健康而且乐于为善的人必定能更快地获得成功。你在事业中，可以经常这样：

听到那些可能改变你生活的忠告、演讲时，你要认真地倾听，你就会反思自己，惭愧于曾经做过的错事，并且真诚地忏悔。这是你迈向成功事业的第一步，而且这也是很重要的一步。当你迈出这一步时，就说明你已经向公众宣布：我对过去所做的错事感到惭愧，现在我要改变我的生活了。接下来，你应该开始继续迈出第二步：纠正每个错误。

(1) 寻找真理。

(2) 激励自己采取建设性的行动。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

(3) 为了你的理想而奋斗，你要长久的拥有身体和心理的健康。

(4) 在你所处的社会中明智地生活。

(5) 纠正你那些会伤害自己的行为、习惯。

(6) 不论你现在的处境如何或者你的地位怎样，你要将你现在所处的地位作为起点，去努力到达你想要去的地方。

你应该抛弃那些阻碍你在人生中取得成就的东西。这就需要你来思考取舍的标准：什么事情是对的，什么事情是错的；或者在一定情况下，什么是善的，什么是恶的。你很熟悉你所生存的社会的善恶标准。你要判断哪些标准能引导你走向向往的目标。

“认识目标是一回事，为实现目标而工作却是另一回事。”这是富尔顿·辛恩《人生是美好的》中的一句话。选定你的目标！为达到目标而工作！控制你的情绪，运用你的思想和智慧，开始行动，你就可以掌握自己的命运。我们必须具有良好的生理健康与心理健康，从而去为那美好的理想而奋斗！

17. 应用普遍规律的力量

我们经常说到真理，但什么是真理？我们的答案是：真理就是应用普遍规律的力量。它是有科学规律的，财富也是如此。

很多人终其一生都是漫无目的的漂泊，心怀愤世嫉俗的不满与反抗，但始终没有一个明确的目标。你现在扪心自问：你想在生活中得到什么？你的人生目标是什么？让你确定你的目标可能并非易事，它可能会是一个痛苦的自我考验的过程。但不管花多少努力，有多少痛苦，为了你的人生目标，这些都是值得而应该做的。你明白了自己想要追求的目标，你就可以从中受益匪浅。这些受益之处有：

(1) 首先，你开始遵循下意识心理的普遍规律进行工作。这条普遍的规律就是：“人能设想和相信什么，他就能用积极的心态去完成什么。”如果你预想出你的目的地，你的下意识心理就会受到这种自我暗示的影响。它就会进行工作，帮助你到达那里。

(2) 如果你知道你想要到达某个目标地，你的内心就会有一种期待：尝试走上正确的轨道，沿着正确的方向，通向你成功的目标地。于是你就开始行动了。

(3) 现在，因为激励，你愿意付出代价，你的工作也变得有乐趣了。你也能够为了自己的阶段发展预算时间和金钱了。你愿意研究、思考和设计自己的目标。你对自己的目标思考得越多，你就会对目标更为热切，你的愿望也就变成了热烈的愿望。

(4) 你能够敏锐地感知、抓住一些机会。这些机会有助于你实现目标。由于你有了明确的目标，你知道你想要什么，你就会很敏锐、很容易察觉到这些机会。

请记住：真理不是什么神圣的金科玉律，它是朴素的。我们应用了普遍规律的力量，便可打破生活的劣局，创新自我，从而轻松地获取胜利。

我们现在都知道库柏大法官，他是美国广受尊敬的法官之一。但你能够想到他以前是一个自卑可怜的孩子吗？他出生在密苏里州圣瑟夫城，这里可以说是一个准贫民窟。他父亲是裁缝，收入微薄。家里过得也很艰苦，库柏曾经这样叙述他的童年故事：

“那时候，为了冬天取暖，我经常提着一个煤桶到附近的铁路去捡煤块。我很怕被其他的同学看见，是的，我很怕他们取笑我。所以我每次都是从后街偷偷地来去。但是，我还是经常被瞧见。甚至还有3个不怀好意的家伙常常在路上欺负我。他们抢了我

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的煤桶，然后到处乱撒，我常常都是哭着回家的。当时的我一直处在恐惧、自卑的生活阴影里。

“后来因为一本书，我改变了自己。它就是荷拉修·阿尔杰著的《罗伯特的奋斗》，在书里我读到了罗伯特的奋斗故事。他像我一样遭受了很多苦难，可是他以勇敢和正义战胜了那些困难，也战胜了懦弱的自己。我的内心也受到了主人公的鼓舞，我也要奋力反抗。这就是我从书中得到的勇气和力量。然后我从学校图书馆借了所有荷拉修的小说。我常常幻想自己就是书中的主人公。在那个冬天，我靠着这些阅读在取暖。我逐渐认识到我们都不是天生懦弱的人。

“后来，我又到铁路上去拣煤，我看到远处 3 个家伙正朝我跑过来。我本来想转身逃跑，可是我想起来罗伯特的勇敢精神，于是我把煤桶放好，向他们迎面走去，犹如荷拉修书中的英雄。当这 3 个男孩一起冲向我时，我挥舞着拳头向他们抵抗。他们当时就愣住了，我右手一拳就击中了一个孩子的脸，他的嘴和鼻子都挨了一拳，左手一拳打到他的腹部，顿时他就受不住逃跑了。这让我很是诧异，想不到我有这样的力量。另外两个孩子还在向我挥拳踢腿，我用力推倒了其中一个弱小的，然后发疯似的不断攻击他的腹部和下巴，他很快就招架不住溜走了。最后这个孩子是领头的，他跳到我的身上，我奋力一甩，他就被摔倒在地上，然后慢慢站起来，狠狠盯着我，我也毫不示弱，做出随时要攻击他的样子。他害怕地退缩了，最后也灰溜溜地逃跑了。其实在这场打架中，我自己也受了点伤，鼻子出血了，身上也青一块紫一块的。”

这一天是库柏人生的一次转折，他明白了一条社会规律：战胜自己才能去追求美好的明天。这是人类社会的普遍规律，也是我们生活中的真理。真理是什么？真理就是普遍规律的力量！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　成功商数测定仪

为了让你更好地了解自己，下面为你准备了一份问题分析表。此表已帮助不少人了解到了自己。你也许进行过许多智力、才能、性格、词汇量以及其他的测试，但是这个测试和那些测试不同。我们把它称为“成功商数分析”。它根据 17 条成功原则，再结合世界上各个领域的成功人物有价值的成就总结编制而成。这个测试有许多的目的：

（1）指导你的思想进入你所希望的渠道。

（2）指明你现在应有的抱负和其他特点。

（3）激励你用积极的心态去行动。

（4）指明在成功的路上，你现在所处的位置。

（5）帮助你确定自己该向何处去。

（6）估量你到达所向往的目的地的可能性。

现在，我们建议大家：立即尽力回答下面“成功商数分析表”上的问题，为了力求准确和真实，不要欺骗自己。你只有真实地回答每道问题，才能做到真实有效地测试。

成功商数分析表

答：是、否

一、确定的目的

1. 你已确定了一生的主要目标吗？
2. 你已定下了达到那个目标的时限吗？
3. 你制订了达到那个目标的具体计划吗？
4. 你确定那个目标将给你带来一定的利益吗？

二、积极的心态

5. 你知道任何人都能用充分的力量去控制的唯一的东西是什么吗？
6. 你知道积极心态的意义是什么吗？
7. 你能控制你的心态吗？
8. 你知道怎样去发现你自己的和别人的消极心态吗？
9. 你知道怎样使积极的心态成为一种习惯吗？

三、“多走些路”

10. 你是否听说过有人在某种职业中取得了成功，而他得到的报酬却比他所做的更多？
11. 你是否认为任何人都有权要求增加工资，只要他付出的劳动超过他所得的工资？
12. 你知道职工何时才有资格多得报酬吗？
13. 你是否养成了一种习惯：使你所付出的劳动比你所得的报酬更多更好？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

14. 如果你是自己的雇主，你会对你现在作为一个雇工所做的工作感到满意吗？

四、正确的思想

15. 你是否把不断学习更多有关你职业的知识作为你的职责？

16. 当你需要知识时，你知道如何寻找吗？

17. 你是否有一种习惯：对你所不熟悉的问题发表“意见”？

五、自我控制

18. 当你生气时，你能沉默不语吗？

19. 你容易丧失耐心吗？

20. 你的性情一般是平和的吗？

21. 你习惯于三思而后行吗？

22. 你习惯于让自己的情绪左右你的理智吗？

六、集体心理

23. 你总是通过影响别人来使自己达到目的吗？

24. 你相信一个人没有别人的帮助也能成功吗？

25. 当你所属的团体受到赞扬时，你会感到自豪吗？

26. 雇主和雇工融洽地在一起工作有好处吗？

27. 如果一个人受到他的爱人或其他家庭成员的反对，你认为他在工作中还能很容易地取得成功吗？

七、应用信心

28. 你是一个正直的人吗？

29. 你相信自己有无尽的智慧吗？

30. 你相信你有能力去做你决定要做的事吗？

31. 你是否合理地摆脱了下列 7 种基本恐惧：

(1) 恐惧贫穷。

(2) 恐惧批评。

(3) 恐惧健康不佳。

(4) 恐惧失去爱。

(5) 恐惧失去自由。

(6) 恐惧年老。

(7) 恐惧死亡。

八、令人愉快的性格

32. 你常打扰别人吗？

33. 你有应用“金科玉律”的习惯吗？

34. 你有令人讨厌的习惯吗？

35. 你的伙伴或者同事们喜欢你吗？

九、个人的首创精神

36. 你能按计划工作吗？

37. 你有力图将计划制订得更完备，以提高工作效率的习惯吗？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

38. 你在工作方面具有别人所没有的卓越才能吗？
39. 你有拖沓的习惯吗？
40. 你的工作有计划性吗？

十、热情

41. 你能倾注你的热情去执行你的计划吗？
42. 你是富有热情的人吗？
43. 你的热情会干扰你的判断吗？

十一、控制注意力

44. 你习惯于把注意力集中到你所做的工作上吗？
45. 当你遇到反对时，你会倾向于放弃自己的目标和计划吗？
46. 你易于受外界的影响而改变你的计划或决定吗？
47. 你能排除不可避免的烦恼而不断地工作吗？

十二、协作精神

48. 你能同别人和谐相处吗？
49. 别人给予你帮助，你也能如此帮助别人吗？
50. 你觉得一个人不和同事合作会造成损失吗？
51. 你认为同事间的友好合作有巨大的好处吗？
52. 你经常同别人发生争论吗？

十三、从失败中学习

53. 你知道如何将失败转化为成功吗？
54. 如果你遇到挫折了，你认为这是永久的失败吗？
55. 如果你在某次尝试中失败了，你能继续努力吗？
56. 你从失败中学到了什么教训吗？
57. 你遇到失败就会放弃吗？

十四、创造性的想象力

58. 你能运用自己创造性的想象力吗？
59. 你是创造发明型的人吗？
60. 你认为只能照章办事的人比能提出新创意的人更有价值吗？
61. 你具有决断力吗？
62. 你能就你的工作提出行之有效的主意吗？
63. 当你觉得现状都很满意时，你能听从他人合理的忠告吗？

十五、安排好时间和金钱

64. 你能按固定的比例节省你的收入吗？
65. 你是否养成了利用业余时间研读自我修养书籍的习惯？
66. 你每夜都睡得很充足吗？
67. 你花钱不考虑将来吗？

十六、保持身心健康

68. 你知道保持健康的 5 要素吗？

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

69. 你知道调节健康所必需的4要素吗?
70. 你知道休息与健康的关系吗?
71. 你知道良好健康的起点吗?
72. 你知道“忧郁症”和“心理病”的意义吗?

十七、个人习惯

73. 你已戒除了不良的习惯吗?
74. 你养成了自己所不能控制的习惯吗?
75. 近来你培养了良好的新习惯吗?

“成功商数分析”评分标准

一、以下的21题都应该答“否”

10、11、17、19、21、22、24、27、32、33、34、39、43、45、46、52、54、57、60、67、74。

二、其余54题都应答“是”。

三、答对了的题，每题得4分，反之，不得分。

四、计算得分，并从下表查出你的成功商数等级。

成功商数等级表：

1. 0～99分，极差（下等）；
2. 100～199分，较差（中下）；
3. 200～274分，一般（中等）；
4. 275～299分，优良（中上）；
5. 300分特优（上等）。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第十三卷·

你是第一位的

（美）罗伯特·林格　著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

罗伯特·林格，美国著名的畅销书作家。他的书被译成几十种语言，畅销全球。他的书思想独特，带着让人耳目一新的惊喜，语言简约、幽默有趣，深刻的生活哲理成了有趣的语言。在《你是第一位的》一书中，他以特立独行的思想和令人惊异的方式，帮助人们树立以自我利益为中心的世界观，从而帮助你在日常生活和事业中能够自如应对。在本书中你可以学会如何跨越自己的各种障碍，可以说这是一本指导你走向成功的必备书籍。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章　你永远是第一位的

你是第一位的，这是本书要告诉你的最重要的事实。那为什么把自己放在第一位？其实，我们每个人都想花尽量多的时间，去做让自己快乐的事情，而且还要避开那些令人痛苦的事情。这就是将我们自己放在了第一位，我们把自己的心理感受放在了第一位。为此你要做出有理性和有意识的努力。人人都会自觉地或者无意识地做出使自己幸福的努力，关键在于自己是否“理性”。

如果你想要有意识地去做让自己快乐且避开痛苦的决定，且希望让这种决定持续，那你就必须让大脑进入到更高的层次。这个层次的意识和决定，需要你自己选择，而且你的行动必须建立在你的理性选择之上，否则，你就属于失控了。而任何失控的事情都是危险的，不仅对你自身，而且对于事情本身以及你身边的一切都是如此。

如果说，在你的意识上进入更高的层次，就仅仅是你要运用自己的理性选择的话，那么，绝对的非理性陷阱就是你的决定和行动都是他人为你作的决定。如果你习惯在生活中或者事业上听从别人的选择，那么你只有一个机会获得成功，那就是向上。所以最好的路并不是别人为你指引，而是听从你内心的理性选择。因为，你是第一位的，而不是其他任何人。

把自己放在第一位的回报是什么?

为什么由你自己做出的理性选择如此重要？因为这可以实现把自己放在第一位的回报。而这个回报，我在上面已经提到过了，那就是你将会获得更多的快乐和较少的痛苦，这对你来说就是更好地生活。

将自己置于第一位，你将因此走向一种简单平和的生活。这样，你就不必为别人的选择而忙碌，你有更多的时间来做自己的事情，而这些事也能够给予你最大的快乐。这一切全在你的意识和选择，当你意识到自己的生活是美好的，意识到生活有可能是快乐的源泉，而不是可怕的噩梦……这一切都可以提升你的自信，你就会很自然地感觉有自控力、有自尊，反过来这些感觉又会使你的生活保持着持久的快乐。

我们反复说回报是快乐。那什么是快乐？不用去搜寻什么词典或者专业术语，我们从出生时就开始体会着快乐，这是一种很好的体验。当你体会到快乐，或者是没有痛苦的时候，就是这种状态：一切感觉良好。

概而言之，快乐就是“在生活当中，每个人真正追求的目标是感觉良好”。幸福也一样，并不神秘，不需要用什么咬文嚼字的花样文章来解释，也不需要心理学的诠释。幸福就是一种心态，就是一种让你能够体会到愉悦的心态，也是一种让你感觉一切很好的心态。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

很多时候我们都对自己的幸福视而不见，我们追求的往往是让我们痛苦的事情。其实我们的主要目的应该是让自己尽量幸福一些。我们的其他事情或者目标，也应该围绕着这个目标。当你完成了自己的目标，而且这个目标是出于我们自己的理性选择和决定。是的，不是别人，是你自己。你就会感觉良好。

对于幸福，没有什么简单的幸福或者不幸福，幸福只有程度的大小。你的生活应该是比昨天快乐、幸福些。在任何一个既定的时间点上，你的目标的理性多少就决定了你的幸福程度。你越是理性的选择和决定，你就越是容易获得幸福。

最重要的是，你的幸福不是别人能够定义的，你永远都是第一的，只有你感觉一切都良好的时候，你才可以说我拥有着快乐、幸福。

我经常告诉人们，人若要获得幸福，就必须要“赢”。其实这个“赢”，不是你去赢得别人的许可或者赞赏。而是赢得你的目标，你的目标就是幸福，所以你必须“赢”。我相信，你的人生目标也不是孤注一掷的最后决斗，而是由很多小目标组成的追求，当你尽量实现这些子目标时，就是在赢得幸福。

但是你能确信自己的目标就是通往幸福吗？如果你选择错误的目标或者感觉目标过多，你就会觉得很受挫。选择错误目标可能是你的非理性，也就是没有自己的理性思考；目标太多则源于社会压力下的竞争意识。当我们说一个人很成功时，这可能形容这个人各方面都很优秀；而我们说这个人有竞争力时，我们就仅仅承认了他具有某种能力，可能还是一位紧张忙碌的人。所以我们应该做的是一个幸福的成功者，而不是忙碌得失去了幸福的竞争者。

所谓竞争意识，按照我的看法，它应该会导致很多坏的结果。它会让人精疲力竭，而精力又是你完成其他更重要任务所必需的。在某些活动当中进行的疯狂竞争，会让你看上去愚蠢至极，因为那些活动是你不愿意，也不能够投入太多的时间和精力的，或者是你在那方面并没有天赋。那会让你遭受挫折，同时这也逆向地影响了你的心态，使你不便应对更重要的挑战性活动。它还会让很有价值的熟人成为你的敌人。假如你不是以竞争的心态，而是以轻松和随意的态度对待这些人的话，他们会成为无价之宝。

虽然赢是我们的目标，但是一个人即使再优秀，也不可能有无限的时间、能量和天赋去获得所有好东西。所以，不要试图用忙碌的态度告诉别人，你想拥有所有。你应该懂得与人分担、与人分享。这样，我们可以更好地利用我们在某些领域里的天赋、精力，在相对的时间里，做出更好的成绩。

你清楚你的目标就是为了你的幸福吗？你需要确认这些目标对你幸福的重要性，然后依照这个标准，来确定这些目标或者事项的先后顺序，这才是聪明之举。你不应该，其实也不能同时在几个领域获得同样的成功，比如你想当网球冠军，还想成为美食家，甚至是金融大鳄。理想太多等于给自己很多包袱，你也很难获得幸福，因为这只会让你上气不接下气，紧张难受，还可能患高血压。

如果你在竞赛中获得了更多的局数或者分数，这代表着你是竞争中的优胜者。但是并非所有的目标都是以分数来论成败的。比如你去打网球仅仅是为了工作后的放松，并享受一下跟别人一起度过的愉悦。其实，你并不在乎比赛的输赢，因为你已经达到了自

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

己的目标。

人人都想获得胜利，赢得幸福。但是你要谨记，不要过度追求，即事事都要求自己取得胜利。这样你拼尽全力、头破血流，可能也得不到幸福的感觉，最坏的结果是你也许只会成功地让自己成为一个疯子。

是否该将自己放在第一位?

你或许会问：把自己放在第一位，这“对”吗？我有必要在此揭露让你有这种心理的家伙，他可是我们人类的老冤家，在地球横行了上千年。这个家伙就是所谓的绝对道德主义者。他的人生使命就是不断地用各种教条抽打我们，直到让我们成为他的道德驯服者为止。他就像撒旦一样，经常变化出各种有身份的人来指导、训斥我们。比如说某位夸夸其谈的政客，或者是向你兜售教义的牧师，或者是你那位目光尖锐的岳母。这些都是道德威严的形象，常常束缚着我们的思想，即便是我们想拥有这么一个本能的想法：将自己放在第一位。

那么，如果你要分析把自己放在第一位是否正确，我建议你首先就要考虑你自己的需要，而不是别人的意见，特别是不用考虑什么道德、个人品质之类的问题。因为道德有时候会成为别人干预你的借口。你要记住：任何人都没有权力决定什么是道德的（正确或错误的）。我进一步提出建议，你应该立即并彻底地清除那些所谓的正当理由，不管这是什么道德、社会公约或者专家意见，你都应该通过口头的、行动的方式表示你的选择是你自己做主。因为没有人比你自己更清楚自己的需要，没有人比你自己更关心自己的权利。你只需要根据自己合乎理性的原则，来决定把自己放在第一位是否正确。

没有道德的考量，没有别人的指点，这是否就意味着你可以为所欲为？把自己放在第一位不是只将你置于世界的中心，让你成为一个享乐主义者。你的追求不是享乐，而是快乐、幸福。前者是停留在物质层面的虚荣，而后者才是你心里真正需要的精神满足。而且我还在“把自己放在第一位”设定了一个前提：理性。这就要求我们在追求快乐和幸福时，不能强行干扰别人的权利。如果你看到本书的书名，就以为可以用这本书帮助你去践踏别人的权利，从而让自己走在生活的前列，那你就错了，若是那样的话，你不应该看本书，而是应该去看看《阿道夫·希特勒的生与死》。

如果你按照把自己放在第一位的原则行事，你就会很容易找到自己的利益诉求，同时还能与人形成良好的协作、获得回报，形成良好的人际关系。而且这个原则有助于强化你作为一个热情和敏感的人的能力，也能够激励你去欣赏生活给人的一切快乐。

把自己放在第一位容易吗?

任何有价值的东西都不是能轻易得到的。如果你过了 21 岁，这个道理你很容易明白。这是我们这个社会的现实。虽然现在有很多人不愿意相信或者假装不明白，但是我们不得不承认，我们需要付出代价。我们为了获得一切的价值，就要付出代价，这本身就是一个不争的事实。但是，我们下面要说到的是两个重要的代价——环境的变化和长

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

期坚持的耗费。

1．环境变化的代价

我们所生活的世界唯一不变的道理是：环境总是在不断地发生变化。我想你也会同意这一点，而且你我都不知道变化什么时候到来。如果知道了，你的人生意义也会有所折扣，毕竟已知的人生结果有些无聊。

虽然我们在做出详细的计划来让自己过上幸福的生活，但是，万一你不幸遭遇了什么变故，你周围的环境发生巨大的变化，你的生活也遭受了动荡，你就不能不调整自己的目标。也许你不得不在苦难的生活里去发现幸福。

所以，我们的确应该尽一切努力去追求幸福和快乐，但是，计划必须有灵活的弹性。毕竟我们的环境或者我们本人都可能遭遇变化，所以我们的计划可能不是按照假定一切的样子延续。为了避免这种危险，你应该保持多个选项的灵活性。不要因为环境的突然变化，让你手足无措、甚至因此而吓一大跳。

2．寻找钻石的代价

有句老话说："人不可能什么都赢。"其实这话很挫伤人的积极性。确切地说，这句话更好的说法应该是，人不可能什么都输。

也许你现在正处于人生的低谷，甚至是刚刚经历过一场败局。但是即便在这些日复一日的伤痛当中，你还会得到一些赠品。这些赠品就是你经历这些所吸取的教训或者受到的教育。你需要做的所有事情就是从这些教训中找到下一次成功的可能，为下一次努力做好更周全的准备。你不要将曾经的失败背负在心中，因为消极的结果本身已成为历史，你最好忘掉那段历史。因为这就是你在追求路上必须付出的代价，这些代价让你赢得了教训和经历，这也是有价值的代价。

在南非的钻石矿场，成吨的泥土被挖起来，却只为寻找一粒小小的石头，这就是钻石。矿主为了找到钻石，不得不首先面对这些堆积如山的泥土。他们也乐于挖起所有的泥土，因为这可以更好、更快地找到想要的钻石。其实在我们的日常生活中，我们经常因看不到"钻石"而悲观，这是因为我们的生活中有太多"泥土"，压抑着许多消极的情绪和态度。其实当问题出现时，你不要被消极的因素吓坏了，你应该寻找积极的因素，把"泥土"挖掘出来。你付出了挖掘"泥土"的代价，只要继续坚持，你就会寻找到"钻石"的价值。

你是否曾经因为生活中堆积了很多"泥土"，便悲观的转身离开了呢，其实只要你坚持积极的态度，你就可以发现珍宝。在现实中，这样的坚持可以让你做好准备，可以清除你要找的钻石间的泥土，也能够让你获取长期的成功，你可以做好心理准备，以抵御短期的失败。

如果你无法走出消极的情绪，无法坚持清除泥土，你就无法获得成功。因为任何人都不可能替代你来实现这些目标，只有你自己做选择，自己做出努力。你是否还在怀疑，甚至还在犹豫，我要警告你，时间有限。就在你阅读本书的时候，时钟已经在滴答作响了。

人生有多少时间可以利用？没有人能够准确计算出来。如果我们将你的奋斗年龄定

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

为 65 岁，假设现在你已经 35 岁了，这就意味着你还有 30 年的时间来决定你是否去清除那些泥土。理论上你总共有 10950 天来进行你的计划，或者有 262800 个小时，或者 157680009 分钟，或者 946080000 秒。当然还有更为严峻的现实，那就是这并不包括你睡觉、吃饭、上厕所或者发呆的时间。所以，你觉得你的时间还很充足吗？你应该确认这样一个现实：时钟在滴答作响。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 不被视野所阻挡

古希腊哲学家亚里士多德曾说："重要的是第一步。万事开头难，起步可能成就很小、很不起眼，但影响很大。一旦开始了，接下来就很容易。"对于这句话的最后一部分，我不敢表示完全赞同，但是，你和我都不得不承认，所有事情的开头确实很艰难。

当你站在起点，你的视野是否能够跨过眼前的障碍，这决定了你的成败。起点的第一步，你要为自己设定一个合适的视野，因为合理的视野可以助你有力的第一跃，越过这开头的困难。其实每个人的视野都有自己的特点，我的建议是根据你的选择，将它们放在合适的视野当中，否则，你就难以跨出第一步，更不要说后面更多的障碍了。

什么是合适的视野呢？如果你把任何困难都放大到超出自身能力的范围，那么你就会受挫，从而难以鼓起勇气正确地处理这些困难。在极端的情况下，一个人不能为自己设置合理的视野，会将打翻一杯咖啡和发生核战争视为同等的悲剧。其实缺乏合理视野的人，就是缺乏对困难和问题做出正确估量的人。

很多人都盲目地夸大困难，当然漠视困难也会让你招致不幸，却很少从实际的角度来考虑事实。其实只要你认真地看看眼前的困难，你就会聪明地确定一个合适的行动线路。换而言之，每个人的生活中都有困难，关键在于我们是否能够正确地面对。正确的态度是，你要看看这些问题到了什么程度，看看它是否是阻碍你的真正问题。

所谓的问题和困难都是相对的，没有绝对的困难。如果你的手在寒风中裂口了，这让你感到彻骨的痛，但是如果你失去了工作，相对来说，什么更让你痛苦呢？当你哀叹自己的工资不高或者没有钱做更多的事情时，你再看看那些生活在贫穷国家、年收入仅有 250 美元的人，他们的情况不是更严重吗？

就像孤独、贫穷，这可能是你的个人困难，我们的国家政府也会有自己的问题，比如经济困难和政府腐败。这些都是我们人类面对的问题，有时候这些问题让我们无所适从。所以有的人就借酒浇愁，或者点燃一支烟，用尼古丁毒害自己。这样的后果是人们更容易得胃溃疡、偏头痛和高血压。所以说，错误的设定视野，其危害轻则让你处在没完没了的焦虑之中，重则会引发严重的精神和情感上的疾病。

但是，不要以为我们只能坐以待毙，我们只需要稍稍修正一下视野。设置一个合理的视野，你就可以使快乐成为你生存当中最主要的体验，而此时应该立刻行动，不要让这些问题不停地烦你了。

为谁辛苦为谁忙？

刚过 20 岁的我，曾经混迹于纽约的大街小巷，那时候的我想碰碰运气，想做成什么生意。幸运的是，我在华尔街认识了一位很有资历的金融家，其实这些金融家就是投资人，他们每天都在运用自己的精明从股票市场里赚取财富。金融家哈罗德·哈特的事

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

业发展，就集中体现了华尔街的典型成功故事。年轻时候的他没什么钱，但是当他退出股票市场时，他已经拥有了大约价值 5000 万美元的资产。当然，我见到他的时候，他已经 70 多岁了。

我带着仰慕的心情去访问他，不过他却在自己豪华的别墅里对我说："你瞧，我很早以前就成功了，你猜我现在怎么了？现在的一切都不过是一堆牛屎，什么都不值。我可以告诉你，大自然让人类当了傻瓜，而傻瓜中的傻瓜就是我。我现在只能坐在这里，因为我身体很差，我年轻的时候把所有的精力都投入了股票市场的赚钱游戏，现在我看到了时间在我身上留下的痛苦痕迹。虽然我拥有了千万财富，但我却强烈地感到生活不过是一场大骗局。我们自以为了不起，可真实的情况却是，我们什么都不是。"这一席话让我这个渴望获得像他一样有成就的人感到惶恐，我开始追问自己：这一切辛苦，到底是为谁辛苦为谁忙？

几个月后，哈罗德·哈特死了。这已经是我年轻时候的事情了，但是这人生的第一课却让我直到今天仍然清晰地记得他说的每句话。

大自然当真让人类成了傻瓜？我们的生活真的只是一场骗局吗？在经过了很多年的人生经历之后，也经过了多年思考、阅读，并试图从科学、宗教、社会科学等多个学科里找到让自己满意的答案。但是至今，我只能确定的一件事情是，我仍然无法拿出一个自信的答案。当然，也没有别人的观点能够让我信服，给出一个标准答案。虽然有很多人这么尝试过。但有一件事情我是很自信的：在这么一个庞大的宇宙里，就算人类有一个确切的目标，或者我们每个人都面临着许多问题，甚至我们认为这些问题都很严重，让我们的生活忧心忡忡。但是当这一切与浩瀚无边的宇宙相比时，我们就会感到自己的渺小。

首先我们来粗浅地了解一下我们这个无限的宇宙吧，我们现在只能粗浅地了解，因为我们的认知有限。但是就是这点有限的认知，已经确定宇宙的确是一个浩瀚无边的东西。在我们人类漫长的历史上（但这点时间对于宇宙来说，短促得无法用秒读出），我们对宇宙有着不同的各个侧面的描写，已经有了卷帙浩繁的大量著作，我相信你也看到过其中一些。如果将地球与宇宙相比较，地球还没有海滩上的一粒砂子大，更何况生活在这地球上更为渺小的人类呢？

如果我们处于这样一个渺小的位置，那我们应将自己置于何处呢？我们的问题又该怎么来衡量呢？很显然，这些问题对我很重要，对于现在的你也非常重要。其实在这种不可理解的非对称状态的比较中，我们就可以将我们所遇到的问题看得更为渺小了，这些生活中遇到的障碍可以分成更为现实的小块，这样我们更容易对付。

与我们生活的地球相比，在那数十亿年的时间长河里，我们所谓的长命百岁，在时间刻度上竟然无法找到。著名外星生命专家卡尔·萨根说："如果能把构成地球生命时间的那些世代压缩到一年的尺度上……有记录的历史就只能占到这样一年的最后一天上的最后 30 秒。"这意味着，打完两次世界大战所需要的时间长度合并起来——根据地球标准，这样的战争可以说是非常严重的——将只占到地球生命时长的千分之一秒。你想想，人的平均寿命才不过是非常短的一段时间，生命是多么短暂的一段时光啊！

从这个角度来看，如果有人来接你的时候晚了半个小时，你值得为这么点时间发一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

通火吗？我们的时间如此短促，那我们还有多少时间可以浪费在那些无意义的事情上呢？

你的烦恼真的很可怕吗？

在我们的世界中，我们每天都会遇到很多问题，然而这些问题却很少是灾难性的。如果我们回顾历史，去寻找离我们最近的灾难性问题，就能看到这个事实：20 世纪 30 年代末至 40 年代初，有个叫阿道夫·希特勒的疯子，打着正义和民族纯洁的旗帜，凭借其聪明的政治手腕和近似于集体催眠的手段，残忍地杀死了约 600 万犹太教徒。

30 多年后，在斯卡斯戴尔，那些犹太受害人的子孙之一，正面对着巨大的困难。公司里有人在觊觎他的位置；他的家庭医生告诫他必须戒烟，否则他将会因为肺的问题而余生难过；他的情人甚至警告他说，如果他不跟妻子离婚，就要与他分手。这一切问题似乎都很严重，但是如果他发现此刻自己在 1942 年的奥辛威茨集中营里，比较而言，他 30 年后所面对的问题，不过是一些小问题。这就是相对角度看问题，给自己积极的信号，更加容易地处理问题。

在人生的旅途中，就如同搭乘飞机出行，大多数人携带的行李都超出了必要的范围。航空公司自然就会收取我们昂贵的行李费。这就是我们必须为自己的行李付出的代价。如果你跟大多数人一样，付不起那么贵的机票和行李费，那么减轻行李不失为明智之举。在人生旅途上，你也要尽量抛弃自己所谓的问题，多思考一下自己的问题，而不是忙碌地背着一大堆问题瞎转。当你考虑自己的问题时，不要给自己加压。不要急于解决所有的问题，因为你一次只能解决一个问题。

经过上面的分析和比较，你也许会发现：我们生活中所谓的问题都算不上严重。如果你面对着所谓的巨大困难，那么你就从相对的角度来作出比较：它是相对于什么来说才成为问题的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章 跨越现实的障碍

现实对于我们生活的重要性，就如同氧气对我们生命的重要性一样。如果你没有对现实进行合理地估量，你却要行走在这个世界上。那么，你就像在布满陷阱的黑夜里盲目地东奔西撞一样。

对现实有正确地理解、合理地估量，可以让你拥有理性选择的武器。它会帮助你为自己做出理性的选择，而不是让自己的选择或者行动，仅仅受机会或别人的控制。简而言之，你要成为一个生活在大地上的现实主义者，这样你才能更清楚地看清现实，你才能更好地清除现实障碍。现实主义者只相信事实，而且这些事实是基于自己的生活得来的，不是别人口中的“现实”。现实主义者拒绝幻想的、不切实际的、理论上的或乌托邦式的任何东西。

在面对现实的问题时，人们遇到的最大问题是，他们常常将自己的喜好掺入现实之中。面对一个既定的现实，人们更多的是根据自己的喜好得出的现实感，而非现实。

现实与现实感

现实不能掺入你的喜好，比如你希望事情应该是这样的，或者事情就是它们看上去的那样。现实就是它们实际存在的情况。面对现实你只有两种选择：承认现实或者拒绝现实。你承认现实，使现实朝有利于你的方向转化；你若拒绝现实，现实也会拒绝你。

把自己的偏好混同于现实是很危险的，我们可以用“实际与应该”来解释这可能给你带来的危险。

人们的现实生活复杂多变，对于不同的人来说，其复杂程度跟他的思想深度有着密切的关系。如果他按照自己的思想深度认为世界应该是什么样子，就会忽略复杂多变的现实，想象出一个世界。在这个想象的世界里，他就会开始规划自己“应该如何”生活，可以说这是一种自我催眠的生活，一种基于幻想而不是事实的生活。

这样很容易落入自己设下的圈套，用自己的喜好，特别是自己的欲望和情感来欺骗自己。这样就把自己认为应该的世界和现实的错觉作为真实的存在，当作自己的世界坐标。在这种自欺欺人的生活里，有人肯定还在花很多时间思考“应该如何”，并且据此制订出方案，而现实的世界却在继续走自己的路。你和你的那些应该如何的现实感或者喜好，已经离现实越来越远。当你让自己的欲望与现实混为一谈的时候，你就是在自找麻烦。这就像你认为自己的妻子是个美丽热情的红颜知己之时，你的妻子却在唠叨你的懒惰。也许有人要问：生活在“应该如何”的非现实世界里，不是也很美好吗？恕我提

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

出一个不恰当的比喻，来很好地解答上述问题，如果一个人很坚定地认为人类应该能够飞行，或者可以像猫那样从高处跃下，那么，当他准备从 10 层楼高的建筑上跳下来，你会觉得他认为的现实很美好吗?

也许这个例子在现实中不会发生在正常人身上。但是不得不承认，我们都有一种固执的偏好，这个偏好可能让我们不能正确估计前进的路上潜伏的许多危险。假如你总是生活在“应该如何”的生活当中，那么你现在需要认真看看实际的现实。因为只有你是清醒的，你才能有意识地做出理性的选择。如果你没有能力承认，或者没有勇气面对现实，那你就不会清醒。

我经常听到有人在争论：现实并非是绝对真实的存在，在不同的人看来，就会有不同的现实。就好像是盲人摸象的故事那样，每个人的“现实”都是不一样的。但是他们说的现实不是真实存在的现实，而仅仅是每个人都以不同的方式感知的现实，我们称为“现实感”。

坚持这种看法的人，他们所说的不同人用不同方式感知现实，这是正确的。但是，他们的结论却完全错误。因为每个人对于现实的感知，都不能取代现实本身。现实并不会自行发生变化，以适合每个人的不同感觉。现实就是现实，现实是既定的，而对现实的感觉是一个因人而异的可变量。

那么，如何准确地感知现实?我们首先要面对的一个障碍是常识的禁锢。我们的常识来源于我们所生活的小世界，我们所知道的和理解的一切并不构成地球上存在的所有知识。当我们用这些常识来企图认识所有的现实时，我们就感到困难。因为很多我们自以为正确的常识，都是过于简单的结论，这一切在现实面前有些苍白。打破常识的禁锢就需要我们思想开放。我们不能循着习惯和传统的路线去观察事实，而应该用逻辑、理智去接近事实。

此外，你需要记住，要清除现实障碍必须做到两点：正确感知现实，并有勇气承认现实。

当然，每个人都是自由的，你可以反驳我对现实的任何一种或全部解释。争论不是认识现实的最好方法，所以我们跳过这些持有不同意见的地方，因为总有一天错误的意见会饱尝感知错误的后果，不论是你或者是我，我想这些后果都是由对现实感知的错误程度决定。相对应的是，我们正确的一方，肯定会对既定的现实有正确的感知。自然，正确感知的结果也会是积极有利的。但是，完全不受我们的看法影响的东西就是现实本身。

人类的本性归类

本章全都是在讲现实，这里我们却要将现实进行划分。我们所说的现实都是与人类的生活息息相关的，它们出现在所有人的生活当中，而且我们人类本身就是一种复杂存在的现实。本书要告诉你如何将自己放在第一位，所以我们在这里要探讨的是人性的现实。因为这个原因，我才将人类本性归为 3 类。它们对于智者是最基本的现实，就跟健康人都有 5 根手指一样。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

1. 人性现实之一：自我利益

每次谈到自我利益这个词的时候，我都会有点畏缩，因为很多人都在想，你说的不就是自私吗？这在社会上可以说是一个极具贬义的词，我们都害怕被人贴上自私的标签，虽然我们每个人多多少少都有些自私的心理。但是如果我说重视自我利益是一种美德，我想有人会发出嘘声，甚至有人还会站出来加以呵斥。

好了，让我们撇开那些所谓的道德和负疚感吧，你要诚实于自己的内心，干脆让我们敞开说：在任何时候，所有人都是在实现自我利益。你看，这就是现实，每个人都在心里点头，其实你说出来也并不难。既然如此，为什么要掩藏自己内心的真正想法呢，你屈从的社会伦理让你有罪恶感吗？或者是，难道你的自我利益本身对他人形成了极大的威胁？

自我利益的觉醒是我们这个时代的现实，那些害怕你有自我利益意识的人，其实就是喜欢利用你为他们谋取最佳利益的人。资本家就怕员工说要更高的工资，因为他们看重自己的自我利益，而员工也在维护自己的自我利益。我要说的自我利益或者自私，不是贬义的，而是一种理性的自私。因为理性的自私并不危害别人的利益，相反，有时候还和别人有共同的利益分享。问题在于非理性的自私，就是在践踏你的利益为自己的最佳利益铺路的那些人。他们自私地希望规定你的生活和工作，鼓励你去做他们认为是正确的事情，去实现他们自己利益的最大化。

词典是这样解释“自私”的：“只关心，或主要是关心自己；主要或者仅仅注重自己的利益或优势。”其实大部分的词典都是这样定义的，而且绝大部分的人也是在这样定义的。然而这里有一个很重要的问题，那就是仅仅关注自己的利益和主要关注自己的利益之间，其实有很大差距。前者是贬义的自私，后者则是我们都在做的事情，那就是在协作中实现自己利益的最大化。不论你是否承认，你每天都在做着自私的事情，因为这样的行为是自动的。你在这件事情上面并没有多少选择，或者是你本能地选择了为自己。

你可以选择的是你的自私类型，当一个理性的自私者还是非理性的自私者？在你做出很多利益选择的时候，你都在问自己这样一个问题。你选择的方式就会决定你的生活主要是快乐还是痛苦。如果你属于理性自私者，那么，你考虑的主要是自己的利益，但也不排斥与他人共享利益，这当然会让你有获得利益的快乐，也有收获人际关系的成功；如果你选择的是非理性的自我利益，你就是完全不顾他人，只想着自己的利益，这种选择有一种可怕的后果，如果利益获取失败，就会产生严重的挫折感。

所以从这个角度来看，自私有两种类型。自私既好也不好，而且我们每天都在做自私的事情，这是一个现实。我只是希望，当你将自己放在第一位的时候，你要做最适合你自己的事情，做最符合你个人利益的事情，但是不要排斥与别人共享利益，这对你对别人都有好处。从今天起，我们不用再对我们的自私遮遮掩掩了，因为这就是我们的人性现实。

2. 人性现实之二：定义游戏

我们人类总是喜欢玩游戏，其实在人类诞生之初，我们就开始学会了游戏。下面就

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有个游戏供我们来玩，不管我们是否对它有兴趣，这就是定义游戏理论。

每个人都习惯从主观的角度去确定每个词、每个行动、每个情形。而且这个定义的标准与个人的情绪、欲望、品味、偏爱、经历和个性等有着紧密联系。而且我们每个人都努力让定义符合自己的利益，让自己获得适合于自己的愉快。我们所有人都是这场定义游戏中不自觉的参与者。因此，我们会以不同的方式看待事物，甚至主观地为其下结论、做定义。这就像观看《蒙娜丽莎的微笑》时，有人看出了她脸上的微笑，有人从微笑的眼里看出了忧郁。所以，我们在生活当中，都有一个适合自己的定义原则。

这种定义游戏的复杂之处并不是每个人的定义标准，而是人们总在不停地修改自己的定义。这是为什么呢？一方面，这有可能是对于定义的修正，当人们发现固有的定义与当前行为不相容时就会修正定义。另一方面，你遇到了外界或者他人的影响。例如，如果你遇上了一个绝对道德家，他会无休止地使你接受他的道德标准。你若无法坚持自己的定义，那么你就可能接受他的定义。接受他的一个定义仅仅是一个开始，只是打好了一个基础，让你的行动来符合他的利益而不是符合你自己的利益。

那我们来为定义游戏下一个定义吧，它是指“每个人定义每个词的方式是使其符合自己想要的利益”。是的，这似乎又说到了自私，有人就会质疑，那么“公正”和“正义”这些词怎么定义呢？表面上看这两个词都是符合所有人的利益，所以大家的定义肯定都是一样的。其实未必，很多冤案都是以公正的名义结案，很多违反人性的战争都是以正义的旗帜开始。就比如说你，你觉得什么对你是公正、正义的？你一定会从自己的利益来考虑，而不是你的邻居或者路过的陌生人。

现在我不得不再次来批驳我们的老冤家绝对道德主义者。他们总是用一些冠冕堂皇的定义来威胁我们，让我们做出服从他们利益的行为。比如说“羞耻”，他在一些社会行为上设定羞耻的界限。假如你没有“爱国”精神，那么他就会跳出来说你真是可耻；或者你是一个“无政府主义者”，那照样也会得到“可耻”“羞耻”的标签。

其实很多时候，定义无关道德。当你说某人“不诚实”的时候，有可能的情况是，你和他对于某件事情有不同的看法，你认为他不诚实，但是他认为他对自己诚实。但不能因为你的评价，就认为他的道德标准一定比你的道德标准低一些。这只能说，他的道德标准跟你的道德标准不同。如果一个人以不诚实的标签来评价你的道德标准，认为你的道德标准低一些，那是他的问题。你没有必要为此辩解，你要做的是为自己着想。因此，你唯一要关心的事情是，确保自己的定义足够接近事实，这就需要你确保自己的头脑始终是清醒的。你的道德标准应该是你自己所确定的道德标准。不要让别人在你面前表现出道德优越感，并且用他们的道德标准来束缚你。

3. 人性现实之三：画线游戏

画线游戏是定义游戏的必然推论结果。人们不仅仅用定义一些词来为自己的行为辩解，而且用自己的行为来定义词语。例如，有人偷窃东西，他却不认为自己是犯罪，因为他认为自己是在“占有”这些东西，这就是小偷对于自己偷窃行为的定义。这说明什么呢？每个人都可以随意在正确与错误之间画一条线，也就是凭着自己的定义可以颠倒

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

是非，而且是偏向自己利益的画线。他的定义、他的画线成为划分的标准，自己占据着有理有据的一边，而别人可能就是不合理的一边。

涉及合适与不合适的行为时，人人都依照自己的标准来画线。这个画线的标准可能是自己的，或者是别人的以及世俗早已习惯的。但归根到底，一切的标准都是为了自己比较方便。就跟定义游戏一样，每个人都是画线游戏的参与者，不管你选择的画线标准是什么，你的选择肯定是为了自己。

当人们在同一个问题上运用不同的标准画线，而且利益难以重合时，冲突就出现了。这就像上帝给试图建造巴别塔的人类施以惩罚，不同的人或者不同的民族、国家都为了自己的利益，在任何一件事情上的看法从来都不可能是一致的。于是这个需要秩序的社会，就开始提出一个问题："那谁才应该是画线的人?"于是出现了不同的画线者，他们可能是征讨者、侵略者、官僚与独裁者，这在历史上从来就不曾少过。还有一类画线者，他们希望自己代表的是大多数人的利益，于是他们愿意挺身而出，为别人画线，比如说美国制定的《独立宣言》以及我们现在的法律。但不论是哪一种画线标准，肯定会有人欢喜有人忧。但是我们不能否认，有的法律画线也在不断修改，但是作为社会公民，我们有理由遵循画线，也有可能改变这些画线。

虽然我们没有选择，只能参与这场游戏。但是，我们却有能力选择将自己放在首位，主要为满足自己的利益来画线。当然，我们要拒绝别人为我们画线，我们也不能强行为别人画线。

下面，我再举例说明一下，在我们的历史上或者现实中，还有哪些值得我们关注的画线。

财产权是我们必须明确划分的画线，因为财产是现实而且真实的拥有。如果这财产就是事关一片土地的所有权呢。线条应该如何来画，由谁来画？如果说你今天控制着某个地方的一块地，那么你就可以画上一条线，表示你对这块土地拥有产权。但是，如果一伙人有这样的一条格言：占有就是 9/10 的法律。这伙人就以此来抢夺你的土地，画上他们的线，表示他们的主权。我想，你肯定不会同意这样一个格言和这样强盗似的行为。

你可能会奇怪，为什么这样无理的画线就能决定拥有者呢？但是你不能忘记这样一个事实：几百年前，欧洲殖民者来到这里，从印第安人手中强行夺下了这些土地。虽然印第安人在此生活了更悠久的历史，而且一直占有这块土地。殖民者的理论当然是，我们通过画线的办法占有了这些土地。

这就是我们的"祖先"如何占有现在北美大陆的历史。也许你觉得我们的"祖先"是通过强行画线来画定土地的所有权归属的。是的，他们还为此发明了自己的名词：所有权、使用权、主权、抵押等等。在印第安人看来，土地都是神的赐予。但是这些欧洲人和他们的祖先却说自己得到了命运的昭示，要前来统治美国这片土地。所以两者的不同在于其画线标准的不同，所以不存在道德标准的高低。

那么，到底应该由谁来画线？答案是：人人都可以画。每个人都可以按自己的需要，方便地画自己的线条。其实对于这样的事实，我和你一样难以认同。但是这是现

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

实，是人类本性归类中的一项现实。

不要被别人的画线行为所干扰，也不要用你的画线去要求别人。只要他们画的线条不妨碍你就行了。同样，你要让别人明白，决定画线的标准在于你自己，而不是他们，更不需要他们来帮忙。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章　战胜人际关系的不完美

生活不是一直都富有与浪漫，如同一位穿着燕尾服的绅士坐在壁炉前的熊皮毯上，和一位穿着时髦的黑色丝绸长袍的性感女郎一起喝白兰地酒。（难道他们不需要工作？他们不用急着去争夺停车场?）生活也并非是当你有困难的时候，你的好朋友会及时地出现。当然，生活更不是踮起脚尖行走在郁金香花丛中。你我都很明白，我们的生活就是我们现在所生存的世界，我们一直都在生活。我的朋友，让我们面对现实吧，虽然生活有时候就像梦幻。

毋庸讳言，我们这个世界的问题都是人类引起的问题，生活中所谓的人际关系不协调、事业挫折以及各种复杂情形都是与人息息相关的。如果你学会如何有效地应对人际关系，那么你又清除了前进路上很大的一个障碍。但是，在很多现实问题上，你得首先找出问题所在，然后加以合适地处理。要了解人际关系的问题，就必须了解人类的天性。

人类的天性：不完美

也许我们在前面已经探讨到了人性的问题，比如人天生就是自私的动物，他会玩定义游戏、画线游戏。我们还知道，这些特性有好的一面，也有不好的一面，这就是现实。

但是我们需要特别注意的是：人是不完美的。也许你会觉得这是常识，但是我们很多人会在某个时刻有错觉，感觉自己遇到了完美的人，这可能会给你带来无穷尽的麻烦和失望。我们极希望别人是完美的，特别是对于我们想要交往的情人或者朋友，但是这种寄望越高，现实给我们的伤害就越大。一旦意识到人类不是完美的这个现实，你就会明白，也许别人不会伤害你，但是你却能伤害到自己。

所以，接下来我们讨论的是人类的不完美之处。这些不完美，不仅在你身上可能出现，在你维持着人际关系的朋友、同事、合作伙伴乃至敌人身上也有。所以你要面对这样的现实：人具备无限多的潜在的伤害性特点。你要通过下面的讨论，学会看出这些不完美。

人类的天性：非理性

在说到非理性之前，我们先说说理性这个词。我认为“理性”是指一个人所说的话和产生的行为，都基于理智与逻辑。但是，每个人对于理智与逻辑的定义可能不同，人们如何能够确定自己对于理性行为的感觉是正确的呢？从长期的观点看，这很容易判断：非理性的人不能够达到自己的目标，而理性的人却能够成功。

人类不完美之处首先就是非理性。非理性也符合不完美人类的逻辑特点，因为非理

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

性是一个应用基础。如果我们能够在别人身上看到非理性的成分，其实我们就是从他身上的消极特征看出来的，比如消极的情绪、行为和神情等。看到了别人的非理性因素，我们往往能够推及到自身的分析，这样我们就能控制自己的思维过程，尽量以理性的方式思考、行动，而且要始终如此。

那么如何形成一个理性的决策，就是排除那些非理性的干扰的理性思考。我建议大家养成向自己提出两个问题的习惯。

第一个问题是：我的决定和行动，是否能帮助自己获得更好的生活？比如避开痛苦，带来幸福。

第二个问题是：我的决定和行为，是否会无意或者以某种形式干扰别人的权利？

这两个问题就能帮助你作出理性的自私决定。第一个问题是关于自己的利益，第二个问题是确保你的选择理性、合理。

如果有人不理智，你怎么看得出来？有些时候的确是从那些消极特征中看得到。但是有时候很多人的不理智隐藏很深，这时候你可以通过他的言谈、主张或者声明，来确定他的基本意念。一旦确定了他的前提，你就可以通过你的理智推断，看看这个结果是否合乎理性。有的时候，你会遇到不理性的人故意刁难，他们会不确定地用词来提问或质问你。我曾经在电台接受采访时就遇到过这样的听众提问。如果遇到这种情况，你不需要回答任何问题。因为一旦你发现这些问题的假设都是错误的、非理性的，你若是回答，也不是回答问题，而是辩驳提问的前提。所以是最好的办法还是不回答，让那些不理性的问题不攻自破。

非理性的人总是有着自己独特的理由，而这些理由的立足点就是非理性。也许，非理性的人最常见的行为模式，就是情感的过度表达。情绪性的问题，问题的本身不是问题，只是一种情绪的发泄。还有更会利用理由的非理性者，他们会使出“信念”这个最后的手段。他们可能说他们的某个说法是基于其信念。是的，这就是说并没有运用理性的能力去推断。信念是逻辑的对立面。信念本身有着好坏之分，如果是一个恐怖分子的信念，其结果就是一个威胁安全的提问，其问题也可能是带着极端信念的极端问题。还有的人也会在某个时刻失去理性，虽然他清醒的时候很理性，比如喝醉的人、吸毒导致神志不清的人。喝酒的人有时候就会坚信自己无坚不摧，想要横穿一条交通繁忙的高速公路。此外，信念也有可能泛滥成容易产生危险的盲目信念。

如果有人在向你反复提及自己的信念或者观点时，你一定要注意了，他肯定是想要告诉你，希望你能够接受这些。但是，你必须保持警惕，不要盲目地听从或者被他的语言迷惑。你要听出语言背后的真实目的来，就最好运用你的推理能力进行一番快速地检查，因为你可能由于头脑一时发热，就做出了不理性的回应。

人类的天性：威胁

威胁是一种非理性的行为方式。这是我们不完美的人类经常面对的问题。威胁就是通过制造恐惧的心理来促成某件事情。这是很多人在以千变万化的方式玩的一种游戏。这些恐惧的心理表现之一就是担心。你想想你的很多行为是否就是因为担心而产生的。你有可能是害怕身体受到伤害才选择做什么事情，或者不做什么事情。你可能还担心失

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

去某个人的爱，或者害怕失去财富、失去安全感等等。不可否认，有些担心是有道理的。但是，很多担心却是毫无道理可言的。这些没有根据地担心，只会因为你错误的感知，让它们在你的生活中无限放大，从而引起被自己的担心威胁的效果。

很多时候，我们曾经担心的问题到来时，都是没有多少根据地瞎操心。但是最为煎熬的却是等待这些子虚乌有的问题到来，致使我们脆弱的神经形成了草木皆兵的刺激。于是我们就产生了“巴甫洛夫的狗”一样的反应，有什么风吹草动就会受到惊吓，听到别人的命令就会照着做。其实，这是一种很可怜的生存状态，现代人的高压生活最容易转变为这样的状态。通过微妙的威胁激发某种行为，有可能被人自觉地接受了，而且成为了一种习惯，这种人甚至不知道自己是一个持续的受害者。

1. 通过姿态的威胁

很多时候，我们去判断或者了解一个人，是看他说话、做事的姿态。是的，比如是有着恢宏或者尖锐的声音，带着强硬或者柔弱的眼神、高傲或者卑微的神情。这些都是形成某个人气场的姿态。如果你就是一个很有姿态的人，那么你很可能拥有非常好的生活现状。如果你遇见了很有姿态的人，可能会感到这种姿态对你的压迫，这就是威胁。这种威胁似乎让你要么仰望着，要么逃离。甚至会产生很多消极的反应，比如让你惊惶失措，士气低落，让你忘掉了你应该把自己放在第一位。

如果你并非具有威慑别人的姿态，或者你也并没有成为这种人的野心。那么，你要有能力让自己稳定住，不能让别人唬住。这说起来很简单，其实做起来并不容易。你需要有冷静的头脑，还需要明白威胁中的游戏规则。

2. 金钱力量的威胁

财富本身就代表着一种力量。如果一个人拥有大量财富，那么他可能会显示出很强的姿态。金钱的力量在很多时候的确很能威胁人，一种威胁是诱惑，诱惑你去为之付出；还有以钱压人，这也是金钱的威胁。这就像我们美国在世界中的形象，因为富有才有权势。但是，最近几年美元不断贬值，美元的力量也越来越小。在经济危机中，人们知道了金钱的力量，也会知道有时金钱也无力挽救自己的崩溃。他们反而更加明白如何利用自己的智慧生存下去。

金钱并非是固定的价值，虽然我们都很看重其价值。但是在被金钱或者拥有大量金钱的人威胁时，你要不能为其左右，即不要被财富威胁。那你如何去和这样的财富大亨抗衡呢？其实只要你不在其姿态前让步，用比金钱更好的东西来作衡量，你的心中就会得到平衡的力量，这样自然也不会轻易接受威胁。

3. 慷慨力量的威胁

如果我们说某个人慷慨大度、乐于助人，你肯定会产生一种景仰的尊敬。如果你是一个孩子，有这种心理也很正常。但是，我们已经不再是个孩子了，你也不要把自己当做孩子。慷慨大度也是一种力量的威胁，它让人或者某个组织拥有一种高高在上的姿态。但是当你开始更仔细地观察事物的时候，你就会注意到，甚至开始怀疑并走向愤世嫉俗，这些所谓的慷慨也是建立在金钱的基础上。

慈善家与教会的施舍，不就是凭借财富达到慷慨地施舍吗？典型的慷慨大度者通常都是拿得出钱来的人。我曾经没有钱的时候，根本就没有能力慷慨大度，但是当我成为

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

一名畅销书作家的时候，我已经能够做一个慷慨大度的人了。

4. 专家力量的威胁

我们一说起专家，你马上就能想到，这肯定是某个领域里的顶尖人士。其实专家就是如同你想象中的任何这种人。一般来说，专家的意见很有说服力，但我们不能盲从所有的专家意见。因为从我个人来看，我应该做什么或者怎样做，这都是我自己要考虑的问题。

这里，我们要明确的是：专家也只是一个普通人而已。他们的优势在于他们明白自己在干什么。通过我多年的经验总结，我明白了一个人之所以会成为专家，那是因为他们走过了更多的人生距离或者专业距离。专家的语言、文字就是我们心目中的权威。我最早陷入专家的陷阱是看到亚里士多德的书，我完全相信了这位大师的话。但是这位大师却并不盲从权威，他说他更相信真理。

如果你想克服自己内心对于专家的敬畏，那么你可以听听下面这个故事。这可是一个真实的实验。南伊利诺依大学医学教育系的一位副教授进行了一项实验。他安排著名的（这就是专家常有的名衔）麦伦·福克斯博士作一次讲演，55 位听众可都是教育工作者、学校管理人、精神病医生、心理学家和社会工作者等所谓的高级知识分子。那位福克斯博士据说是将数学运用到社会学、人类行为学的权威。他的题目也很夸张，课题名为“应用到生理教学中的数学博弈理论”。这次讲演很成功，因为 55 位参与者当中的 42 位人士都评论说：博士的讲演厘清了这个课题，而且讲演材料组织得很好，讲演中很多事例也很有刺激性。看来这真是一场完美的演讲啊，但是我不得不告诉你，这个所谓的“福克斯博士”其实是副教授请来的一位演员，他的“讲演”都是故意说得很夸张的空话。

所以，如果你再次遇到了什么专家意见，你要仔细考虑一下，你是否应该放弃自己的选择，而将自己交给碰巧拿到了专家名分的某个人手上。这只能求上帝保佑你遇到一个靠谱的专家了。

5. 证书力量的威胁

证书力量与专家力量有些类似，但是，这比专家力量更可笑。所谓的证书不过只是一张纸，或者是有一个封面的纸片，仅仅代表着某人在过去取得过一些知识或者经验。不要太天真，以为拥有了某项政府授权颁发的执照，就是真正拥有能力的人，很多刚拿到驾驶执照的人就成为了马路杀手。还有一些所谓的资格证书，我见过很多拥有资格证书的职务人士，他们可能比刚刚入行的人懂得更少。有资质或者证书不代表自己的能力和知识已经足够了。

所谓的学历、执照或者其他什么资格证书，真的就是真实的知识或者技能吗？那么这是否意味着每个拥有证书的人都拥有这项技能呢？但是我们不得不承认，一份纸张无法衡量一个人的真实能力。对于我来说，我不相信你的毕业证或在某一个行当干的资历，我反而更相信，我看到的你在实际工作中的能力。

如果你总是喜欢检查一个人的资历，特别是某个政府机构颁发的什么学历证书，以此来作为判断其专业水平和知识技能的证据。我只能说，这很危险。你应该打破这个习惯，现在就开始。你应该仔细看看你面前的人，而不是他拥有的证书。你听听他说的话

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

是否以理性为前提。如果他的前提是理性的，他才值得再和你继续进行下去。总之，你不要轻易接受证书带给你的威胁，以为这是含金量很高的标杆。

6. 知识用语的威胁

如果专家以及他闪亮的证书都无法威胁你，让你屈服的话，他可能就会搬出他那貌似高深的语言来刺激你。这些知识性的词语威胁就是拿资历当挡箭牌的专家最后的武器。他会用一些专业名词，让你觉得自己像个傻瓜。他就用这种手段来威胁你或者欺骗你。但实际上，那只是一个带着威胁性质的骗局。因为如果一个人高高在上地跟你说话，实际上，他所占据的高位只是一个没有足够根据的脆弱基础。但这已经足够蒙蔽你这样的专业外的人了，面对着这样的情况时，你要清楚地明白，这些深奥的用语经常是一道烟幕屏障，只是用来掩护一个非理性和软弱无力的论点。

那些知识分子总是爱用“24 克拉重”之类的词来吓唬人。在很多情况下，所谓的知识只是给了一个人想要的姿态，这个姿态可以欺骗自己，也可以蒙蔽、威胁他人。遇上这样的知识用语，我们不能立即陷入其中，而应该坚持事实——简单的事实，可以验证也可以让人接受的事实。

在现实生活当中，我们所认为的知识分子，只是一些接受了正式教育，然后获得了某种证书或者头衔的人。他们太专注于学术上的、技术上的，甚至有时候是理论上假设的问题。这样，他们对于现实这些事物就很少关心，他们有的人长期生活在自己的领域里，甚至不明白语言本身的逻辑。

7. 习惯与传统的威胁

习惯与传统是人类的一大束缚，因为很多人的思维首先就是按照习惯和传统的要求来选择的，这样就失去了自己的推理能力。这里面的道理不难看出来。人们总是说珍惜现在的好时光，这虽然是好听的说法，但严格意义上讲，这都是保守的看法。我们很多的习惯以及传统就是这样的保守观念。因为我们有时候就想躲进传统和习惯之中，因为在已经建立的习惯当中感觉会更安全一些。所以很多人怀着对未来变化的担心，不敢去尝试习惯、传统之外的选择，这样就导致很多人不惜借用最糟糕的形式——非理性来捍卫现状。

传统产生的开始的确有它存在的道理。但是在现实中，我们明显地感觉到，有的传统并不会随着时间的推移而变得更有逻辑；支撑传统的那一套道理也不会随着时间更加符合实际。实际上，这些所谓的传统和习惯经历了很久之后，它们的理性和有效性就会有折扣。如果我们中还有人事事都遵循着传统和习惯的话，那只能证明一件事——他们不太聪明。

你是一个过时的人吗？对于现存的一切秩序，你不假思索就顺从吗？但是我要告诉你，如果过去的传统、习惯与现实、逻辑或当前的情形发生冲突，那你就应该很干脆的将其抛弃。只需要一点点观察，只需要一点点常识便可以看出大多数非理性的概念。

你不能低估传统和习惯乃至习俗在我们生活各个方面的影响，它像是爬满庄园的藤蔓，已经根深蒂固。从法律、宗教到社会团体的协议，一直到餐桌的合适摆法等。一些传统的习俗正在被消除。比如几个世纪以来，它让很多妇女困在家里织袜子、照顾孩子，但是现在不少女性开始走出家庭，像男人一样工作；它扼杀了数以百万计的年轻

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

人，这些孩子抱着报效祖国的心愿陷入战争的泥潭，现在到处都是反战人士；它有时候还迫使男人们在办公室或外出进餐的时候，戴着某种称为领带的东西勒着自己。

8. 通过归类与贴标签形成的威胁

人们有一个习惯，总是按照工作或者家族的归属来给人贴标签。比如说某人来自“政府”“大财团”“政治家族”“欧洲贵族”，或者说某人只是普通的“人民”“社会一员”。这些都是一些典型的例子。我们每个人的确都不同，都有自己的特征，但是我们有必要根据他所在的团体或者社会属性来判断他吗？

其实这种将人归类和贴上标签的做法特别容易让自己陷入威胁。比如当你用羡慕的口气说某人来自“政府”或者“大财团”时，你的内心就受到了他所贴标签的威胁。那么，你首先就不要人为地贴标签，这样你就可以平等地看待，自然也不会受其威胁而做出受人指挥的事情。

这些所谓的团体并没有什么特别的力量，他们只有在团体中才有力量。如果他来自某个团体，而且他只是一个有自己的品性的人。如果你给他贴上团体的标签，这对于他不公平（也许他就是想让自己以一个独立人的身份来表示自己），对你也是一种欺骗自己的威胁。除非你想欺骗自己，故意对他作为一个人的独特品质视而不见。

9. 通过暴力形成的威胁

威胁的极端表现形式是通过暴力形成威胁。这种威胁的力量让人不寒而栗，因为它会伤害到你的身体和生理健康，这样它就促使人担心伤害而采取或者规避某种行动。但不是所有的暴力威胁都是有根据的，也有可能是完全没有道理的，但似乎有时候暴力本身就是不讲道理的。所以，不论在什么情况下，你都要把自己放在第一位。

如果我告诉你法律就是一种最常见的暴力威胁，你也许不相信。我们知道，法律不需要合乎道德，但是作为一个公民，遵守法律还是明智的。若你不遵守法律，你就要受到法律的惩罚，而这种惩罚的形式就是暴力手段，比如武装监禁。当你看到那些法律后面的枪械，你就会规避犯法的事情。我们也可以说，法律就是依靠武力的威胁来贯彻实行的，当然有时候是语言的威胁，比如“你的社会责任”“守法公民”，这也是暴力的威胁在产生作用。

此外，在我们这个复杂的社会，还有各种不同类型、不同程度的暴力存在着，比如校园暴力、黑帮械斗以及杀人抢劫，乃至黑暗中的恐吓。对于我来说，我最早感到的暴力威胁，来自上学时遇到的一条狗。有一条龇牙咧嘴的流浪狗一直跟着我，狗鼻子都伸到我的午餐里面去了。我想起爸妈提到过，所有的狗都有狂犬病。这让我很害怕，立即跑了起来，结果发现这只威胁人的野兽跟在我的身后狂追。我扔下纸袋里的午餐，让那条狗饱餐一顿，而我狂奔到了学校。当时，它是个威胁者，而我只是个被威胁的人。其实，如果当时的我足够大胆，我只要简单地朝那条狗大吼一声，它就会窜逃。在暴力威胁中，我们最可能遇到的是强硬的人类，而不是我遇到的那条狗。这就是强硬者，这种人要么因为自己块头大而产生自我膨胀的错觉，要么脑袋里面有一种错误的看法，认为展示自己的“强硬”就能赢得尊敬和崇拜。我们可以说，这是一种危险的心理病症，面对这种人，你不能用你的块头去力拼，你应该用你的智力来应付。你要意识到，当强硬者想刺激你和他动手的时候，你若硬拼，你只会有 3 种后

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

果：要么你受伤（这肯定不好）；要么他受伤（这也不会让你感到愉快）；或者你们两个人都受伤（这对两个人都很不好）。你不要以为这是中世纪的决斗，两个男人似乎就应该选择这种有吸引力的古老方式。然而，在有理智的人看来，你们两方都是傻瓜。

在我看来，如果这个世界是依靠身体或者武力的强硬来维持秩序的话，那么恐龙就会是地球上最强大的统治者。如果它们也如人类社会一样的话，它们肯定是非常有钱、有权势的一些“人”。你不能用你的身体去抗衡，因为生理力量并不是你可以浪费时间去增强的，你可以保持身体健康追求幸福，但是你不能为了暴力威胁增强体质。如果你想追求几近完美的生活，那就是把自己放在第一位，你就不要受生理对抗的威胁。这不是理性的行为，以暴制暴不是解决问题的好方法。

我们的生活中面临着这么多的威胁，这些来自不完美的人类自身的威胁。是否我们就应该逃离人群，是否这样就可以逃离威胁了？那是不可能的，本章的主要内容就是让你认识人类的不完美，但是不是拒绝，而是要让你在人际关系中明白可能潜藏着的危险。如果你把所有人全都赶出你的生活，自然你的人际关系会简单得多，但是，这显然不是一个好的选择。人生下来就注定了社会的属性，并非要过隐居生活。事实是，我们身边有很多优秀的人，他们可以给你的幸福增加很多内容。但是，这并不意味着任何人都可以进入你的生活。因为每个人都有独立的生活空间，即便是和你亲密的人也是如此。你更不能容忍有人持续不断地给你的生活制造麻烦，那你就应该仔细分辨那些可能给你带来不必要的麻烦的人。而对那些一贯展示出理性和积极品质的人，你就应该接纳、欢迎这样的人做你的朋友或者伙伴。

你已经想好自己应该怎样生活了吗？当你生活的时候，你要避免那些非理性的人烦你。如果你的生活中总是有非理性的干扰，你可能最后会失去控制。这样，你就不是将自己放在第一位，而是在努力地逃脱别人对你的纠缠障碍，这肯定会影响你的最终目的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章　友谊永远不能成为一种交易

我永远都记得那天，我完成了一笔大买卖，获得了丰厚的报酬，这足以让我考虑如何规划自己的幸福生活了。从莱德到肥猫山顶的道路漫长而崎岖不平，我似乎一步便跨到了山顶。

那天，我和平时的每一天一样，做完了必做的一些事情，但是，一种奇怪的氛围弥漫在办公室里。虽然我的心情激动万分，但是内心的角落里却有某种孤独感，这是我无法亲手抚平的感觉。似乎经过了多年的奋斗，我竟没有多少成就感。

到了那天下班的时候，这种感觉更为强烈，当员工们离开了公司，我一个人孤独地坐在办公室会议桌尽头的椅子里，开始思考问题：这么多年的艰辛跋涉，我终于走到了成功的第一站，我是否应该出去庆祝一番，而不是一个人坐在这里，落寞地看着空空荡荡的办公室。

在这种茫然的成功里，我突然想起了哈罗德·哈特的身影，那个将自己的成功贬为一堆牛屎的老人已经去世 15 年了。但是，我却清晰地记得他和我一样，茫然地坐在沙发窝里。然而，我正在努力地逃出他的影响，其实生活并非一场骗局。

我坐在办公室里思考了一个多小时，终于想明白了：一个人开一个派对庆祝胜利是落寞的，因为这种庆祝往往是安安静静地进行的，快乐仅限于我一个人（其实这时候我也丝毫感觉不到快乐）。我在反抗另一条自然法则：在我奋斗的时候，有那么多人帮助过我，可是当我实现了自己的目标时，我却想拥有更多的东西。这大概是过度的自私。

当然，这也让我的内心充满了矛盾。我明白，要使欢乐的生活成为可能，我需要有人，有朋友亲人和我分享这份成功的喜悦。我们的生活复杂多变，这不是一个人能够应付的生活。一个人的生活就像七零八落的散件，有一群人的时候，才终于凑成一堆了。所以，我们需要其他的人才能够构成一种生活，与不同人的交往，其实也是满足我们不同的需求。的确，这依然是将自己放在第一位。当你孤独的时候，你需要朋友；当你工作难以支撑的时候，你需要合作的同事。所以我们都是有各种需求的人，一个人不可能满足自己所有的需要。这是原始时期的人类给我们留下的启示：人固然不完美，有很多的非理性和毛病，但是幸福只有人们一起努力才能搭建起来。这就像一个鸟巢，只有雌雄两只鸟一起筑造，才会有一个温暖的家。

当我再看看眼前的办公室，我已经明白了，我的庆祝活动应该需要更多的人。就在当时，就在那里，我面临着这样一个现实：没有别人的话，我的生活将会是孤独的黑夜，这是我们谁也不想长期拥有的孤独体验。过去我以为人能够自在地找到属于自己的乐趣。但是，现在，我放弃了我以为的“应该”的思考方式，而且实际上我们都是如此。“现在”的情形能够清清楚楚地说明一切，是我对此采取一些行动的时候了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

关于孤独的问题

虽然我们生活的世界熙熙攘攘，而且地球上的人也越来越多。然而我们却是越来越孤独。孤独、抑郁成了现代城市人的最大问题。在没有知心朋友时，我们就不得不克服自己的孤独；有时候即使有了朋友，我们也会觉得莫名的孤独。如果你要克服自己的孤独，那么我们首先就要了解孤独。因此，让我从一个基本的现实开始，从你最真实的孤独这一现实开始。

1. 一人一只盒子理论

不管你是谁，你都是赤裸着来，赤裸着离开这个世界。活着的时候，我们就生活在一个“盒子”的空间里（不论你多么开朗，你都有一个最隐秘的属于你的空间），最后你会躺在一只木盒子里。所以人天生就是孤独的，当然这是很悲观的“一人一只盒子”理论。但是，这也是很真实的现实，这是我们每个人都要面临的终极孤独。你了解了这些，你就明白了孤独在我们人生中的不可避免，但是我们也不能永远生活在孤独之中。

我见过很多人，他们因为受不了孤独而做出了伤害自己的事情。这是孤独带给他们的恐惧感，其实那是因为他们不明白，人类不可能没有孤独，孤独就是我们生活的现实。让这种人克服孤独恐惧的最好办法就是，告诉他们这就是关于孤独的现实。你只有理解了这一点，才会正确地看待孤独，然后克服它，让自己的生活更加充实、幸福。

如果你认为孤独永远是那么令人恐惧，那你永远也不会体会到与人相处的快乐，或者你会过分倚重他人，这样就多了害怕失去朋友的恐惧。如果你想让别人喜欢你，那你首先就要喜欢自己。一个不喜欢自己的人，可能是没有自信的人，那么想换取别人的关注，这是很难的事情。如果你不懂得自己才是改变孤独最重要的因素（而不是他人），你就会花费极长的时间，通过不必要的过度行动来克服孤独，也许你会走向极端，也让自己深受挫折。

很多人逃避孤独的办法就是，让自己的身边围绕许多的人。但这不是解决孤独的好办法，甚至是一个愚蠢的办法。我一生最孤独的时候，是站在纽约时代广场的茫茫人海里，周围是陌生人的擦肩而过。如果你追求的是出名，是受人追捧，那你只会找到更孤独的恐惧。因为你只是他们敬而远之的追捧对象，几乎没有真诚的内心交流，而真诚地交流才是团结朋友、远离孤独的好方法。而我看到的现实是，人们为了逃避孤独，不断地在公共场合停留，和其他孤独的人一起寻找短暂的温暖。你可以在这些地方拥有很多熟人，但仍然会感觉到内心的孤独。说得简单一些，这是质量重于数量的事情。你过分相信朋友越多，孤独越少的道理，但是你的现实是，你以多种方式牺牲掉自己的诚实，你的朋友大多数都是泛泛之交。例如，有些明星在鼎盛时期用很多办法吸引了一大群粉丝，但当他们逐渐淡出人们的视野之后，他们就会落寞孤独，甚至为此用某些东西麻痹自己。这就是孤独的陷阱。而现在多少男男女女正在努力地落入这样的陷阱。他们违背自己的意愿去博得别人的欢迎，以便得到大多数人的接受。可悲的是，这种大面积撒网式的收罗方法，只会让你看到那些毫无意义的人际交往。这就像如果你是美国首富，如

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

果你以这样的身份寻找朋友，我相信很多人看重的不是你，而是你的钱。你应该更看重朋友的质量，而非数量，也许这只是少数的朋友。然而，正是这少数人才会给你的幸福带来一线光明。

2. 与孤独相处的生活

我们每个人都有两种生活，一个是属于自己内心的生活；一个是社会生活。这是两种不同的生活。前者是你的内心世界构成的心理生活，它只需要安静的状态来思考、享受，甚至它很多时候就是孤独的状态。而后者则是一个社会属性的人，在家庭、事业和各种公共场合，需要去接触不同的人，和很多人保持交往，这就是社会属性的生活。如果你能分辨清楚这两者，不让社会生活侵扰你的内心生活，那么孤独就不再是一个问题了。

这告诉你，我们每个人的生活并不一定、也不应该是单一的生活，是一种孤独的体验，或者是过度热闹的聚会似的人际关系。实际上，我们的生活丰富多彩，有两种可以转换的生活。如果你能明白这个道理，你就有自信能够与自我形成良好关系。你要明白孤寂只是生活的一种状态，所以不必惊慌恐惧，这样你就能接受它，欣赏它。当你孤独的时候，这是一个机会，你可以去做很多事情，而且这些事情都是有别人在场时你无法完成的事情。你要明白，很多文学上的大家都是在孤独的生活里完成其作品的。梭罗也曾说过："我从来都没有发现比孤寂更值得作为陪伴的朋友。"

如果你想更好地享受这种安静的孤独体验，那么读书是所有体验快乐的最好的方式之一。如果你还没有体验到这种快乐，那你赶紧去书海里遨游吧。其实，当你进入书的世界中时，你的身体是孤单的，但是你的内心并不孤独。这个时候你就感到了孤独的可贵，你知道你的身边没有人妨碍你，没有人让你分心，你就会觉得这是属于自己的珍贵时间。读书不仅让你感到快乐，而且还能拓宽你的眼界，让你更有能力接触别人，有助于你在社会生活中更有发言权。有的时候，读书也能帮你交到朋友，让你感到更多的生活乐趣。

默想，这也是一种很有价值的孤独体验方式，如果你真正运用到这种带着沉思和反省性质的方法。默想就是让你尽量排除外界的干扰，在安静的环境和心境下，有助于带给你更多解决问题的办法。你也许不知道，在联合国总部里有一个默想室，在面临很多重大决策的时候，很多领导人也不得不反思、默想，这样才能做出更理智的选择。默想需要的就是无干扰的安静状态，所以这时候身边有人是很难想得很清楚的。默想会让你得到的另一个好处是它改善了你的思维状态和思维效率，你会提高自己在别人心中的价值。

孤独和独处有着很大的区别，独处表示的是你处于一个人的状态；而孤独更重要的是你的生活心态，甚至表示你的一种生活。只要你能很好地利用你的孤独，你就能和孤独相处。如果你用这样合理的角度来看孤独，那么，你就能够获得体验生活中最大的欢乐的机会，你就能让自己走出恐惧孤独的阴影。

一个能习惯和自己的孤独相处的人，也能和别人很好地融合在一起。因为一个能够克服孤独恐惧的人，懂得独处之乐，也明白与人适度相处，不会长时间跟人泡在一起。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

3. 与社会相融的生活

我们说过，我们都有两种生活。如果你已经能够自如地过着自己私人的、独处的生活，那么，你在社会生活方面也能轻松自如，特别是你的友谊将更加真诚、有趣。但是，首先你要明白，什么是朋友、友谊，你的心中有怎样的定义。

对于朋友，词典的定义模糊，比如有的词典说：朋友是“因为感情因素而跟你有牵连的人”。当然，你已经看出来，我对词典的定义也不太明白，但是我却看到一个关键的要点，朋友是和感情相联系的。我们说起朋友，眼神里应该带着感情，心中觉得这是可以信任的人。朋友成了我们定义周围人的一个标准，比如你会定义身边的人为“一个好朋友”“一般朋友”或者“不是朋友”，虽然有感情程度的问题，但是你可能“因为感情因素”而跟一百个不同的人有牵连。朋友关系并非是平衡的关系，即不可能是同等的牵连和感情。你认为只是一般的朋友或者谈得来的朋友，而对方可能视你为最要好的朋友。

你不得不承认，因为不同的需要，你可能会交上不同的朋友。社会上有各种事物，每个人也有各种场合的朋友。我们将朋友作一个形象的比喻，某位朋友可能代表你所需要的苹果，另一个朋友则为你提供橘子。如果你更喜欢苹果一些，那么，你就希望能够经常见到苹果朋友。当然，朋友可能是不常见面的人，也许是因为彼此相隔遥远或者忙于工作，但是最为关键的是维系朋友的感情必须存在。所以，适当的时候问候朋友，这也是保持感情联络的好方法。

不管朋友的程度与类型如何，归根到底，朋友都是满足你某种需求的一个人。相对应的，你也是满足他某种需求的一个人。这就像朋友间的价值交换。当然，我们不能简单地将朋友归为这么功利的方程式。你要记住，只有良好的感情联系，才能巩固这种牢固的价值交换的基础，那是能够保持诚实和持久的、唯一的关系。

朋友不是什么

我们经常定义我们的朋友是什么，比如“朋友是困难时帮我们一把的那个人”。但是这只是一个一相情愿的想法，或者说是对朋友关系有些错位的想法。所以，确定朋友的最好的办法是解释朋友不是什么。比如朋友不是你任何时候开口借钱就能随便给你的人；朋友不是全天候等待着满足你任何需求的人；朋友不是完全听从你的观点的人，当然他也不会强加自己的思想给你；朋友不是如你自以为是地期望的那样的人；朋友不是你的奴仆，他不可能把自己一辈子的生活全都为你“牺牲”；朋友更不是一台机器人，就像你儿时的玩具，完全是符合你的利益或者为你的利益而存在，全然不顾自身利益。通过这样的句式来反问自己，你也许对朋友有了新的认识。

那也许有人会问：“要朋友干什么？”这是一个具有威胁性的问题。其实这也是一个试图将友谊贬低的问题。如果有人这样问你，那么我认为他无非是想把你的友谊说成一文不值，你就可以用上面“朋友不是什么”的话来回答他。

谈到友谊的时候，金钱成了一个敏感的话题。我曾经就在金钱上让我的友谊受损。在我开始创业的时候，我曾向我的好朋友贝拉克·巴特借了一万美元，因为他资产丰

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

厚，这点钱对他来说，只是鸡毛蒜皮的一个小数目。但是，他拒绝了我，然后像平时那样，他以细致的分析和推断，解释了为什么要拒绝我。他很明确地告诉我，借钱给我是不明智之举。尽管我觉得他说的也在理，但是我心里还是觉得不好受，毕竟我把他当作好朋友看待。然而不幸的是，我在另一个朋友那儿借到了钱。我多次恳求之后，这位朋友最终答应借给我 5000 美元。然而，由于我的创业起步不顺利，我没有按时还钱，这位朋友就对我怨气冲天。当然，这主要是我在借款时犯了一个大错，没怎么思考就承诺了一个计划还款时间。最终，我损失了一位好朋友。我很看重他的友谊，但就是因为这些金钱关系，让我在友谊上饱受挫折。我明白，这都是因为我的过度自信，以为一切都在我的把握之中，可是最后我不仅必须把钱还给他，而且这段感情也随之断绝。

贝莱克·巴特跟平时一样，仍然是我的好朋友，而且他还很得意地到处宣传他是我的朋友。不久以前他就在城里到处吹牛，说他在去加利福尼亚北部考察的路上还专程来看望我。当然，我的内心也非常感激他。因为他当时头脑清醒，没有借给我那一万美元。我必须承认，当初他做了正确的事情，避免了两个人的关系出现负面影响。他的拒绝给了我比金钱更重要的教训：不要轻易用金钱来衡量友谊，因为这会让友谊岌岌可危。我知道，他很明白这个教训。我很走运，他挽救了我们两个人的友情。

构建友谊基础的材料

任何有价值的友谊都有两个基本的因素。第一个因素是感情的联系，这是友谊的基础，我们已经详细讨论过了。第二个因素是朋友间的钦佩或尊重。如果一个人对你没有钦佩或尊重之情，这也就意味着你在他的价值体系中没有可满足的价值。作为一个理性的人，那他就不会选择你作为他的朋友，即使你们天天见面，可能也只是寻常熟悉名字的那个人。同样，如果你并不钦佩或尊重对方，也就意味着对方没有你想要的价值。仔细想想，你身边的某位朋友，必定有你钦佩、尊重的某个方面。

现在很多人对“朋友”关系的理解，更多的是注重自己从朋友那里得到的，而忘记了朋友需要自己去争取才行。“朋友”不是意味着他们会为你做任何事情，也许在你需要帮忙的时候，他们可以是你指望的人。但是你别忘记了，现在，帮忙的“帮”字也在进化，它是指有价值交换的帮助。你不可能不付出任何东西就得到帮助，那样的话是危险的。朋友是互相帮忙的人，而不是一个人服务于另一个人的关系。所以，你想要获得真正的朋友，就应该有付出自己的努力来帮助朋友的行动。一个朋友是你在感情上有牵挂的人，也应该是你钦佩或尊重的人，而帮忙就应该是你为一个朋友所做的事情。有时候，你帮助了朋友，不论是重要的或者细微的帮助，你都能感受到内心的满足和幸福。而且，这样做从长期的观点来看最符合你的利益。

其实，当你为一个朋友付出或者做出“牺牲”的时候，很多情况下你都是有意识的、理性的自私行为。因为你善意的付出，让你感到了帮助朋友后的满足，这也使你愉快。所以，这是最符合你的利益的。即便有时候，你无力帮忙，但是表达了一个善意的姿态，这也会让朋友感激你。当然，你得非常小心，确信自己是在适当的尺度向他输送正确的信息。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

朋友是带给你快乐的人，所以，你要明白他也有衡量自己幸福的标准。而你的付出，你那善意的表达，可能就是让朋友倍感温馨、感激的幸福来源之一。所以你的付出是非常关键的。当你明白友谊也需要付出的时候，你的心态就容易调整好，你就可以不吝啬你的价值付出，就会通过一些行为向他发出有吸引力的信号，让朋友感觉也很愉快。因为习惯与传统的原因，很多人都基于一种非理性的自私来维持朋友关系，而这样的朋友关系会随着利益分歧而断裂。所以，我们应该更为注重有意义、理性的自私，最好是你和朋友间用诚实和现实的方式进行对话，你们的友谊就会有一个牢固的基础，可以得到美好和持久的友谊，当然也是价值对价值的关系。

不过，友谊的双方并不能获得完全同等的愉快或者幸福。但是，友谊的双方可以获得自己的价值需要，比如一个人也许可以得到好的建议和智力的援助；而对方却很享受友谊中有趣的谈话和同伴感。

什么是真正的朋友?

在朋友前面加上一个程度限定词：真正的。那什么朋友才能算是真正的朋友呢？词典上解释说：真朋友（这里仅仅指友谊上的朋友）的“真”，是指“忠诚、有信心和真诚等”。我不知道你是否赞同、接受这个定义。我认为这个定义简单地解释了“真”的含义，当然，我也认为我们的身边存在着真朋友。这些朋友都是有忠诚、有信心和对你真诚的人，而且我将告诉你，他们也希望从你这里得到同样的回报：忠诚、有信心和真诚。

你看重朋友，就要谨慎地处理金钱关系，其实最好不要与朋友有利益纠葛。不要忘了借给我 5000 美元的那位朋友。在跟朋友处理金钱利益时，不是一件轻松的事情，这需要你很理性地思考才能够做出正确的处理。然而经常出现的情况是，因为这种借款关系，你会成为那种“好心没好报”的牺牲品。

如果有人企图以“真正的朋友”来威胁或劝诱你，比如借钱，那说明这不是你真正的好朋友。他只是借用这个名义来取得他的利益，而罔顾你的利益。如果他觉得你借钱才是保持这种友谊所必需的，那么，这种友谊其实并没有真正建立，你也没必要为此在意。你也许还记得，布莱克·巴特没有借给我钱，但是，他的拒绝并没有让我们的友谊破裂。那是因为他还给了我比金钱更重要的东西。

你千万别拿钱去作你们友谊的晴雨表，那真是活见鬼了。我告诉你，到底应该怎样来判断一个朋友是否是你真正的朋友。当有人说一些不利于你或诽谤你的话的时候，看看你的这位朋友有什么反应。因为一个真正的朋友不会说你的坏话，也不愿意说你的坏话或者毁谤你。真正的朋友懂得你，知道你是怎样的人。如果你在某方面犯错的话，他会向你指明，而不是在背后议论你的长短。我不仅不喜欢说朋友的坏话，也不喜欢有人针对我的朋友说坏话，或者毁谤。我这么做也是出于自己理性的自私，因为这是为朋友，也是为自己。所以我经常会钦佩那些被别人瞧不起的人。

如果我告诉你友谊可以买来，甚至说所有的友谊都是买来的。你肯定会觉得这是一种偏激的说法。然而我仍然要告诉你：所有人的朋友都是买来的，而且是从“友谊自由

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

市场”上买来的。当然这些价值、价格的大小都跟你们双方的理解有差异。但这还是会涉及价值交换的道理，我们已经说过，友谊就是建立在感情和价值的基础上。你想要得到这个有价值的友谊，你就必须有自己付出的价格。当然，价格不是用金钱来标价的。这需要你每周都投入一定的时间与朋友聊天，这可能会给彼此以灵感，或者是分享生活中的各种滋味。

每当我与那些可能要成为我好朋友的人熟悉起来时，我就会事先考虑两点：其一是这种友谊需要我付出什么代价，当然我也要衡量我能得到什么价值；另外一个就是我是否愿意付出，且这是长期坚持付出的代价。例如，我遇到一位有趣的谈话人，如果他的谈话对我来说很有价值，那我不会吝惜为这样一次谈话付出更多的时间。当然，很多时候，你不能幻想这是一个能够立即收到成效的交易，友情需要付出的是总体的、长期的代价。

关于废除现存友谊的指导

废除现存友谊，这是一个不得不用的策略，甚至在你的人生中不得不面临这样的选择。因为劣质的朋友关系，会影响你的各个方面，让你遭受许多不必要的麻烦。当然，如果朋友真的到了这一步，也就是具备我们在“人际关系障碍”一章里讨论过的所有消极品质，甚至到了无法改正的地步。你要考虑清楚，这样的朋友，他们可能还有更多的不良之处，他们会让你失望，甚至会伤害你以及你身边的亲友。

当然，我们对于友谊的指导，更多不是关于废除友谊，而是让友谊如何回归正常。我们都知道，人都是不完美的，并不能因为朋友有着某方面的瑕疵，就意味着这个人不能成为好朋友。他们只是再次确定你已经知道的一个常识：他们也是有瑕疵的。从你的角度看来，这种友谊如果还有价值，那么，宽容他的行为过失的关键就是原谅。同样，作为不完美的人，你身上也有人性的弱点，所以肯定也会犯错。假如你不想因为一点错就被朋友抛弃，那么你就可以原谅你的朋友，甚至你可以用你的真诚希望朋友改正。

我现在很少跟朋友动怒了，因为我时常原谅我朋友犯的小错。其实这也是因为互相体谅才得来的，每当我遇到有朋友做出让我生气的事情时，我就会试着想想如果我自己做错了事情，朋友朝我发一大通火，这会造成什么后果。因此，我假定，朋友的所作所为有可能不是有意要伤害我的，所以我有理由去原谅他的无心之过。

跟你的朋友一样，你也有可能犯错误。当你做错了事情，你就面临着友情的危机，因为你不知道你的朋友是否也会像你一样原谅对方。所以一旦你意识到自己犯了一个错误，那就应该立即以愉快的方式，简明和诚实地解释自己的看法，希望得到朋友的体谅。这种真诚的交流方式才是你们的友情所需要的，所以不要犹豫到过两天才去面对自己的朋友，那样只会让事情更为棘手，你的犹豫可能会将你们的关系弄得一团糟。

为了结交朋友，或者为了保持朋友关系，许多人养成了试图解决别人所有问题的危险习惯。很多人都会过度注重义气，他们会主动请缨去帮助朋友，这有点热心过度。在是否出手帮助的时候，你应该考虑的是这件事是否符合理性的选择，然后再考虑怎么帮助朋友。如果你主动要求帮忙，最后却办砸了，这会让朋友恼火。相反，那些连手指都

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

不想动一下的人反倒安全无事。你可能就会得到“吃力不讨好”的结果。

你不能把朋友的所有事情都揽到自己怀里，你这样既没有照顾到朋友的自尊，也没考虑到自己的利益。如果你积累了过多的“朋友”带来的精神包袱，这也会让你的生活感到压力。有的时候，你只需要帮助分担朋友的压力，而不是全部扛起。如果你现在已经不堪重负，这说明你在把自己放在第一位这方面已经失败。因此，我们早一点谈及关于解决陷入危机的办法很有必要。我想再度强调地提到劣质友谊理论。

劣质的友谊就是你已经无法从友谊中获得价值，甚至让自己也变得很不快乐的朋友关系。而且这样的关系不是偶尔出现一两次，而是持续了一段时间，朋友间也没得到改善。如果是因为你朋友的错误，进入了这样的人际关系，而且他已经按错误的方向前行了一段距离，那你就应该在失控之前主动帮助。如果劝阻无效，那么你就有责任切断这种关系。你不要觉得自己有责任持续这段友情，因为这会让你不得不忍受下去。

请记住，你试图用维持关系来缓和这种令人烦恼的劣质友谊是不明智的举动，因为这只会让你越来越难以脱身，你受到的伤害也会越来越大。另外，当对方将你的忍受错误地理解为你的不抵抗政策，以为那是一种鼓励，其结果不堪设想。所以在面临这种危险的朋友关系时你要长远地考虑问题，那就是应该有前瞻性，不能让自己已经遍体鳞伤了才退出。

你在处理友谊时，应该保持自信。你是一个完全与众不同的人，你和世界上的所有人一样，都是独一无二的。不管你过去是否意识到这一点，你都要珍惜你的这种唯一。如果有人想以友情的名义打扰你的私人世界，不要让他得逞。千万不要因为过度信任或者抱着无所谓的态度，因为你的私人空间一旦被打破，你就无法安心地生活。所以你为了保持内心的宁静，不能让别人来刺探你内心的隐秘，甚至让别人为你做出选择，更不要把友谊方面的事情交由别人去操纵。

在友情关系中，你要将自己放在第一位，千万不要犹豫不决。从今天开始，一切都在你的掌握之中。如果有人以朋友的名义打扰你的生活，给你制造烦恼，不管他是谁，他都是一个入侵者，你有权利将其驱逐出去。你不要觉得这是残忍的行为，甚至认为自己很无情。如果你不这样做，你就是对自己的痛苦表示冷漠。你的友谊是你们之间的关系纽带，一旦这这条纽带阻碍了你，你有权退出这种让你不快的人际关系。你这样做是明智的，从长远来看，这对双方都是好事。如果你隐忍、想缓解这种侵害友谊的关系，这只会让你产生不必要的痛苦、抱怨以及不快。当然，这可能也会影响你和其他朋友间的友谊。

其实我在本章所说的就是我自己的友谊哲学。不过，这只是我的个人之见，但我希望，这对你有所启发。我在这里将自己的友谊哲学透露给公众是明智之举吗？的确，这些交友之道让我现在的朋友，或者是今后有缘成为朋友的人看见，似乎都能准确地明白我在这个重要话题上的想法。这似乎让我的友情会变得尴尬。其实我觉得我是在做一个诚实的人，我在宣传真实的自我，这样我可以让朋友们更加了解我，也许还会吸引很多与我有共同之处的人。我希望这些朋友们，要明白和承认，我们现存的友情关系就是这样：感情关联，价值交换，满足各自的需要。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

另一方面，这也是一种自律的建议。我在这里说明了我如何删去那些劣质的朋友关系。当然，这也是一种必须为友谊付出的代价。只有你去除了那些不必要的、干扰正常关系的友情，你才会拥有更好的友情。

如果你看完了本章，再来处理你的友谊障碍，这对你来说就好像不是什么问题。的确，那是因为事情本来就是如此，尤其是你明白了这其中的利害关系，你就能很容易地做出明智的选择了。而且这也是你无法逃避的一个选择。接下来，我们将不得不面对，这最后的巨大障碍——爱的障碍，我们所有人都希望用合理、适度的方式，取得圆满的结果。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章 用事实证明爱情，而不是理智

如果朋友是你生活中的一抹色彩，那么情人则是你生命里最为浓重多彩的颜色。情人跟朋友一样，都有着以感情相联系的基础。但是，我们都明白，这是两种完全不同的感情，情人还带着更多的亲密和暧昧。这种差别我们很容易区别：你对一个朋友有爱，你对自己的父母也有爱，当然，你对你的情人也有爱。但这 3 种爱是完全不同的，它们分别隶属于友情、亲情和爱情。

我再次搬出那本总是不能给人满意答案的词典，来看看“爱”的定义，当然，我们只需要看这一条：“一种温暖的个人依附感或深刻的感情；对异性的强烈或激烈的感情。”当然，在这个时代，如果说爱情的产生性别必须是“相异的”双方，这个说法显然有点过时。但是，本章所讨论的爱情也是随意地指异性。当然，我说过我讨厌绝对道德主义者，所以我不会对你的性取向发表意见，那全都是你自己的事情。

但是我还是从这个不太准的定义中找到了爱情的关键。那就是“强烈”或者“激烈”这两个程度词。这种充满激情的情感上的感觉，肯定不是属于朋友间的友谊，它只能属于爱情（当然，历史上也有某种狂热的感情，比如纳粹分子对于阿道夫·希特勒的狂热感情）。这种强烈的吸引力或者感情缠绕，从生物学角度来说，它是一种不可解释的生理吸引，就像某种不可解释的化学现象，它一直存在于人类的历史中，未来也是如此。而且这种吸引并不等同于性，但它最后在性的表达中得到最终的完满，或许是选择作为终身伴侣来保持这种依恋。

当然，爱情最开始都是生理层面的吸引，这一层的吸引力，让你们的爱意通向了真正的浪漫之爱。你可能会爱上一个人身上的很多东西，甚至一些缺点，但是，你肯定会爱着他的浪漫成分。如果没有浪漫，那只不过是一个关系好的异性朋友。所以，我认为这种浪漫的成分以及是否源自生理的吸引，可以区分情人与朋友。这是很明显的，对于一个朋友，你不可能从生理上有被吸引的感觉，更不会和朋友有浪漫的想法。

当然，爱情的产生还有另外的因素，这就是外貌，你可以说是漂亮或者英俊。难道这不是一种生理吸引吗？有一部分，但是人们的审美标准不一样，所以漂亮或者英俊并非一个绝对概念。这可能是个人品位或者民族审美习惯的问题。当你看着自己所爱的人，你的眼里出现的景象就像有一种光晕围绕在他身上，这是别人看不到的。准确地说，你对那个人保持着深深的情感，这种感情包含着很多因素，比如生理、智力、品质以及另外一些让你着迷的个人特征。这种基于生理吸引的爱情是美好的，不仅让你深深着迷，还会让你体验爱情的酸甜苦辣。爱情和友情不一样，它需要你保持着深刻的感情，甚至这里面没有价值交换的理性思考。正是因为爱情很多时候没有什么理性的道理，所以人们经常在这种事情上缺乏控制，进而可能导致非理性的行为，这种行为结果

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

或许不符合你的利益需求。爱情的伤痛或者是那些不利于你的爱情，都是你生命中值得警惕的，因为它们都可能构成你生命中的障碍。

更大的孤独

一个人因为对情人的爱而产生的孤独感，与因为缺乏友谊而产生的孤独感是完全不同的。拥有了对情人的爱，却无法得到情人的爱，或者因为某种距离产生的孤独感，这是一种难以形容的空洞感。你曾体会过，我们都曾体会过。这种孤独给人带来无法捉摸的痛苦，有时候我们可以用“一人一只盒子理论”来理解这种孤独。情人，很多人都愿意和情人分享自己的内心世界，可是有时候又不得不面对一个现实，每个人都有自己的盒子，所以这也会产生爱的孤独。

你无法面对爱的孤独可能会出现两种危险的情况。首先，和与朋友在一起时产生的孤独一样，你无法区分两种生活，内心的生活和社会生活。当然，情人之间也有内心生活交融的地方，但不是一个完全重叠的生活。你无法把自己最深的孤独和一个人分开，这就会影响你对爱情的感知，那你就无法完整地体会爱情关系。所以想完全融入彼此，这是一个错误的想法。你想要改变这种孤独，重要的是你必须把自己的情人（或潜在的情人）放在合适的地方加以考察。

不管你与一个情人的关系有多么亲密，你始终都还是你自己，今后也如此；你的情人也是他（她）自己，而且是和你亲密的他（她）。记住，你们是两个不同的人，你们只是两个有缘相遇并产生很深依恋的人。甚至，你们俩对彼此的欲望都不是一样的，正如朋友关系，这并非都是平行的，当然，你们对彼此的需求也不尽相同。一个情人可以成为你生活中重要的一部分，但并不是你生活的全部，更不可能是与你完全等同的一个人。

此外，这“更大的孤独”失控的另一个危险在于，你可能会因为感觉孤独而需要更多的爱，但是也感受到更多的孤独。这就像一位著名的喜剧演员曾说过的一句话：“因为担心自己一个人孤独地死去，我们所有人都生活在悲惨的境地里。”这是一句简单却富含深意的生活哲理。人们因为害怕孤独，从而陷入了更加悲惨的孤独，以至于生活成为了一个可悲的大骗局！如果他们认真地考虑、理性地分析，就会发现一个人的孤独是永远的现实，只是看你如何去面对和理解。不要让自己成为受害人，因为害怕孤独而陷入糟糕的人际关系中，特别是糟糕的爱情关系中，更是一种难以治愈的悲痛。所以你要记得，每个人的孤独是现实存在，不要惧怕孤独，因为里面没有什么风险。我可以很严肃地告诉你：你一定会一个人死去的。接受这个现实，你才会在现实中活得更好，把这句话放在你的现实的盒子里吧。然后忘记孤独，享受爱情，你的生活中还有更重要的事情等待你处理。

1. 让更多的情人填补你的孤独吗

因为有的人害怕爱的孤独，所以希望找到更多的爱来弥补空洞感。如果你喜欢数量多的情人和爱，那是你的事情。但是，你不要奢望用这种方法就可以解决孤独的问题，我怀疑这可能会给你造成更严重的结果。你在许多情人的轮番伺候下，也会有同样的孤独感觉。正如人们企图在热闹的公共场所寻找到逃避孤独的方法一样，一切散尽后，你

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

仍然会看到孤独在你的心中侵蚀了一个大洞。我曾见过社交圈里最孤独的人，他们都是在所谓的女人圈子里混得很好的男人。但是他们在那个圈子里却更容易迷失自我，所以会更深地感受到孤独。

面对这种情况，你不应该让更多的情人填补你空虚的生活，而是应该把握自我，比如学会如何欣赏那些美妙的独处时刻，这比你在意乱情迷的所谓的情人那里得到的满足更多。只要你有自律精神，也有耐心集中精力寻找你自己，而不是让情人来掩饰自己的孤独，你就能看到真爱中的自己，拥有真正的幸福和充实。

2. 在孤独中寻找真爱

我们无法在爱情中衡量付出与回报，因为这里面没有投入与产出的比例。而且你也许在爱情之前，也许在没有爱的孤独中，你要以更多的耐心和自律精神去追寻真爱。你的付出会得到幸福的回报，但也许也只是一场擦肩而过的邂逅。所以遇到真爱或者在爱情中，价值交换存在着挑战。但是若你的爱付出了，也许会获得比其他领域更多的回报。不幸的是，在爱情的寻找与追逐中，更讲求耐心与自律。所以这就更加考验你，考验你承受孤独的能力，在耐心付出和自律精神下，你能付出到什么时候。

因为爱而生的孤独是一种恐慌情形，或者说是被爱的孤独威胁。但是，你必须尽力回避这种恐慌，特别是你希望找到自己真正爱的人时。只有你把握住了自己，你才能更好地找到真爱。

此外，在你的心中应该有一个寻找的标准。如果你头脑里一片空白，我想你当然不会找到合适的人。那么，你首先就要开始了解自己，这是你在做任何事之前都必须确认的关键。因此，你一定要坚持诚信的原则来对待自己，承认自己是什么样的人，能够做什么事情，自己未来的期望是什么，特别是对于爱情的期望。这样的自我评判必须是你的理性思考，不能掺入情绪性的影响，甚至带着恐慌。比如你是在一种对于孤独的恐惧中进行思考，你就会想找到能够解除你孤独的人，但这样的人可能不符合你更远大的人生。一个聒噪的女人也许能让你减少孤独，但是你能确认你在聒噪中不会出现更大的孤独吗？所以这一切的思考是理性而自私的，不要让自己陷入导致危险的错觉。想一想吧，你要有勇气承认现实。之后，就到了你表现自律的时候了。

3. 在理性思考中理性寻找

我们对于爱情的不确定也会引发孤独。很多因素都是我们无法控制的，人们就在某个节点遇上或者离开。因此，不要让自己带着过去失败的恐惧去期望下一份爱情，甚至不能因为爱情的挫折，让自己没有了继续的勇气。记住：你的生命太重要了，应该享受你自己的快乐，而不是被过往的挫折或者外在的情形所破坏。

你是否还生活在第一位情人的阴影之中，如果你觉得永远也找不到那样的情人了，你不要惋惜，你的认识是绝对正确的。你知道大海里面到底有多少鱼，你能找到两条严格意义上一模一样的鱼吗？正如你的爱情一样，你根本不可能找到完全相同的两个人。你最好不要抱着这样的认识来寻找，这样只会让你更加痛苦。你要很有自信地告诉自己，你将会找到一个不同的人，她也许可以让你在许多方面感到幸福。所以理性的认识是爱情不能作比较，比较就是贬低爱情的价值。你只需要记住一个事实：世界上有很多人是值得你真正去爱的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

爱情的价值

爱情也许是你所有人生经验中最为美好的感情，你仔细想想，你人生中美好的往事是否有许多都与爱情有关。所以，爱情在你的生命中占据着重要的地位，拥有着巨大的价值。而且，寻找或者维持爱情关系，最为关键的是以你的理性自私来应对一切。

此外，你也需要在爱情关系中找到合理的价值，同时，你也要让你的情人明白你的价值。如果没有找到合理的价值，你可能付出了太多，就像你刚刚跑出起始点就在胳膊底下夹了很大的一个包袱。这个包袱肯定会让你慢下来，因为你没有掂量出自己需要的价值，所以你会在沉重中难以体会到爱情的愉快。对于这些额外的重负，我们早就让你抛弃到一边去，否则，你无法成功地把自己放在第一位。

跟友谊一样，爱情的双方并不能同等地付出与收获，甚至不能完全满足彼此的需要。这就像不可能找到完全符合的齿轮一样。即便是有的人觉得已经找到各方面都符合的完美情人，可是时间长了，他也会明白，世界上没有所谓的完美。但是正因为存在这种需要弥合的差距，所以我们的爱情才更有味道。比如你越是爱他或她，你就越急于满足他或她的需求。很简单，这样就是为了满足情人的需要，让自己尽量达到对方的标准。如果我们都学会了这么做，我们的离婚率就会大减。

1. 供出售的爱情

爱情可以购买吗？对于这种问题，我相信你应该看到过了。我的答案依然是：你必须购买爱情，所有人的爱情都是从爱情自由市场上购买的。

你用什么去赢得你的情人？那光彩夺目的南非钻石或者雍容华贵的貂皮大衣，这都是很多女人喜欢的东西。然而，这些名贵的东西不一定能换来“真正的东西”。物质上的奢侈品，只是爱情的装饰品，甚至说附着物。真正的爱情价值在于你付出的体贴、仁善、热情、浪漫和极多令人满意的抽象的东西。所以，不要认为给了情人物质的享受就是所有了。

在爱情自由市场里，没有所谓的政府干预，顶多有来自家庭的一点意见，但是爱情本身是自由的，你们的选择也是自由的。结果是，每个人都能自由地追求自己喜欢的人；这种爱情的交易不是被迫的，而是发自内心的，也许不是理性的选择。爱情的自由选择，如果是理性而明确的选择，你就可以没有任何竞争者的选择。因为你自己是唯一的，你追求的人是唯一的。经过爱情自由市场的自然选择过程，竞争实际上减到了最低水平，结果人人都可受益。

2. 错误的广告会产生错误的爱情

爱情同样也需要真诚，甚至可以说，爱情必须要坦诚。如果你带着真诚的态度去追求爱情，那你已经有了一个很好的开端，知道怎么表现自己了。当然，在爱情的实际中，你仍然有很多内容需要去掌握。但是你已走出了很好的第一步。

在本书中，我已经多次告诉你，要宣传真正的自我，我希望你在各种人际关系中都要记得这一点。如果你不坚持这么做，即用虚假的宣传骗来一段感情，我想就像虚假的广告，迟早会遭到不幸的结果，甚至你会遇见同样错误的爱情。把自己放在第一位，是要把真实的自己放在第一位。因为你的真实，会吸引更多的异性喜欢你。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如果你错误、虚假地表现自己，那只是在浪费时间。因为从错误的信息中衍化出来的任何一种关系，等到真实的你被揭露出来时，你会因为你的欺骗，成为一个不受欢迎的人。当然，你的人生也会面临更多的麻烦。

你只有真实地表现自我，才能够踏实地获得幸福。因为扮演某个类型，你会很累，甚至你会错过很好的机会。假定有一个美丽的姑娘，她喜欢安静有智慧的男子，你本来就是这样的人，但是你却故意地表现出坏坏的放任者形象，你错误地认为女性都喜欢这种粗犷类型。结果她找不到你，因为你在装扮“放任者”的角色，错过了一次机会。所以，不要顺应你周围的环境，保持你自己的本色才最符合你的利益。

爱情路上的障碍

通往爱情的路崎岖不平，很多人都面临着爱情本身的障碍，他还会在这条道路的数个战略地点给自己设置多重的障碍。当然你也许会在这些障碍中获得教训，甚至可能失败。

1. “别人想什么”的障碍

在你的爱情中，你会很在意别人怎么看待你的情人吗？这似乎是我们的一种常有心理，我们总是喜欢在别人那里得到坚定我们信心的信息。如果是以真诚的态度寻找真爱，你可能会遇到很多困难，但是你不需要别人对你的爱情或者爱情期望指手画脚。很自然地，如果别人钦佩和尊重你的情人，你当然会觉得很自豪；但是一旦别人的意见与你稍有不同，那你是应该听信别人，还是坚持自己呢？其实，你陷入了一个“别人想什么”的障碍。你忘记了，你才是爱情中的主角，用你的心和眼去观察才是真的。

假定你想在涉及爱情的事情上征询朋友的意见，你最好能找到了解你们双方的朋友，尤其是有爱情经验的人。你不能让一个爱情空白的人来指点你吧。如果你听信了一个人错误的意见，你可能扔掉一辈子的幸福。

你在追求爱情的时候，要有自己的标准，男人和女人不是等着人们来赢取的战利品，不是随意捡取就能得到的。他们都是人，他们有需求要得到满足，不同的需要就会产生不同的标准。对你来说，你的情人或者未来的情人代表潜在的价值，因为他们能够满足你的某些需求。如果你违背自己的需要，去追求别人设定的标准，比如某个媒体发布的最美女性的标准，你认为这是你的追求。那你就大错特错了，他们认为的美不一定符合你的标准。你要坚持自己的标准，如果你要追求人人都觉得是“最完美的”女人，我想你就只能回到希腊神话中，去加入争夺海伦的大战了。人性没有完美，即便有人这样赞扬一个人，你也要保持冷静。因为错误的决定，往往会带给你很多痛苦。

我们这个时代，很多人就有这样的毛病：追求的标准看重外貌和物质，某个女人长得极漂亮，所以很多人去追求她。但是他们除了知道她外表美外，其他的都一概不知。那么，他们只是为了美而追求美，这永远都是一种获取战利品的思路。他们追求的只是战利品的荣耀，而忘记了这个战利品身上本身所具有的品质。

为美而追求美，这里面存在着一个问题：不同的时代、民族、国家乃至群体，对于美都有自己的标准。此时，你就会发现真正的麻烦，你心中的美女是金发碧眼，还是丰乳肥臀。当你迷失在外表和物质的障碍中，你就只能祈求上帝让你撞上好运气了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如果你追求的是货真价实的爱情，那就不要仅仅看重外表美。确切说来，就是不要关心别人是否觉得美还是不美，你应该有足够的自信去追求自己真正想要的美，认真思考一下，什么才是你真正看重的东西。

2. 更好的情人障碍

我们虽然不能说很多人有喜新厌旧的心理，但是不少人却有着不同程度的期待，期待下一个情人会更好。这就像做一笔交易，总想着下次赚一个更大的订单。最后自己却走入了一个恶性循环，总是在不断地抛弃，只为寻找下一个更好的。不用说，这是已经失控的人，他们已经翻过了顶层，却想着继续去寻找更高的山峰。

这似乎是人类的天性，所以现在的诱惑更多，人们面临的离婚也更多。人们总是觉得人生漫漫长路，世界是如此之大，总会遇到一个更好的。但问题在于，到底什么时候才能找到最好的，你什么时候才能获得有意义的爱情关系。我想，若是这样，你永远都无法获得真正的爱情。因为你获得的情人，只是寻找下一个的垫脚石。你也就无法寻找到真正的爱情了。

3. 情绪障碍

我们都知道，情绪容易遮蔽我们的双眼，让我们看不清现实、让逻辑走偏。当发生这样的事情时，你身边最好的朋友或者情人、最优秀的婚姻咨询人或心理学家，都无法让你的情绪恢复到可控的程度。因为只有你自己才能解决情绪问题。爱情中的人们是最容易出现情绪问题的，爱情中的双方都倾向变成孩子。但是孩子必须学会有效地掌握自己的情绪，这才是可以享受爱情果实的成熟。你必须直接处理你的情绪，以便有效地控制住它们。这关系到你人生的主导是理性的思考还是情绪的反应。如果你的情绪在太多的时候处于统治地位，别人得到的印象就是你是一个喜欢被情绪控制的人。

很多人喜欢的另一个古老的情绪陷阱，就是一种生理冲动的陷阱。请允许我来向大家介绍一个化学品，确切地说它就是一种化学品，它会让人们得到一种亢奋的情绪，有人错认为这是爱的情绪，以为可以为人注入一种看上去纯洁的两性关系。这就是两杯马爹利酒，让情绪代替爱意。所幸，这样的事情是很容易克服掉的。如果你不喝酒，那就不要喝！性是另一个罪犯，会导致你在爱情里产生错觉。虽然你以前经历过此事，但性永远都是让你落入陷阱的一大可能。你通常需要很长的时间才能意识到，也许使你吸引另外一个人的仅仅是性本身，其中并不存在爱。

然后还有一种头脑糊涂。这种事最容易出现在 13 岁和 40 岁的人当中。13 岁的孩子以为自己已经成熟了，其实那时候的他们只是成熟的开始，或是身体的成熟；40 岁的人却总以为自己仍然年轻，不敢面对自己的中年危机。更不幸的是，许多人将这种糊涂的症状一直带到了 50 岁或者 60 岁。

4. 迷恋“爱情感觉”的障碍

爱情，哪怕是真正的爱情，在某种程度上都是一种错觉，而且是一相情愿的错觉。我们说过，爱情的双方所得到的不等同，我们也说过现实和现实感之间有差距。爱情如同海市蜃楼，无法把握，却又无处不在。我们把爱情作为神圣的金光来瞻仰，对于爱情，我们的渴望没有止境和难以满足。通常会造成这样的后果，你迷恋着爱情的感觉，而不是迷恋你的情人。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如果你发现自己每天都在想象着情人应该怎么样，那你就极有可能爱上了爱情，而且是一个爱情的幻象。爱情不是你的情人本身，你的情人是活生生的人，但你的爱情是一种感觉生发的幻象。这样的结果并不会很好。爱情不能跟你对话，爱情不能跟你一起去电影院，爱情不能跟你一起放声大笑，爱情甚至都不能够给你倒上一杯饮料。而这一切，你的情人可以做到。只要你有生命，难免会对自己的情人加上理想化的幻想成分。当然，爱情可以适当增加点想象的浪漫，但是，不要过度沉迷其中，让自己成为这种美妙感觉的瘾君子。

5. 转化障碍

如果你爱上（或者以为自己爱上了）并不是符合你期望的人。是的，也许你在爱情自由市场上遇到了一个稍微虚假了自己本性的人。你发现对方并不是你希望的那种人，这会让人难以接受。也许你会选择下面两种办法来解决：第一种是想象他或她是不是本来的那种人；第二种是希望将他或她变成你希望的那一种人。这两种办法都不是什么好主意，前者是你在意识里欺骗自己，后者是你想改变他人，甚至带有相当傲慢的一个假定，认为你有某种权利“改善”某人。你要么接受本来的他或者她，这似乎很困难；要么你们就坦诚地交流一下，找到各自最想要的利益结果。

婚姻中的爱情

人们总是有一种错觉，认为在爱情中犯错的肯定是男人，而天真无辜、感情受伤的总是女人。其实我们都太注重表面的现象了。我再来讲最后一个故事。我有个好朋友，他有众人羡慕的、最完美的婚姻生活，和他的妻子已经过了 25 年了。他们好像有很多共同之处，他们互相恩爱、体贴，相敬如宾。他们的一切都让人感慨，他们是幸福的一对夫妻。我经常带着一脸羡慕对他说，他们两个人的关系是每个人都想拥有的。他则微微一笑说：“我可能是运气好些吧。”

但是，有一天，他 40 岁的妻子跟着一个 29 岁的小伙子跑了。这在朋友圈里引起了震动，甚至很多人在第一时间觉得这是不可能的事情。当这件事已经过了一阵子之后，我们在一起谈到了此事。我告诉他说，这件事让我们这些朋友们都万分吃惊，因为我们认为这是最完美的婚姻。他眼神黯淡，垂下头看着地板，慢慢吐出了一句话：“我也一直认为自己的婚姻很完美。”

看来，婚姻或者是爱情，不能从一些表面的现象来窥探，甚至连当事人自己都有错觉。那么完美的婚姻是难以存在的，我们都只能在爱情或者婚姻中努力维持着长期的关系。你可能从来没有恋爱过，或者现在正处于恋爱之中，你想找到一个真正的伴侣，陪你度过一生。其实对于爱情和婚姻最大的考验就是时间。让爱情和婚姻在时间的流逝中保持新鲜很困难。但是我们不能因为困难就放弃或者屈服于现实，我们应该找到后婚姻时代的追求，这可能与爱情时期的追求已经不一样了。不管是婚姻和爱情，不要错过培养和珍惜它的机会。一旦找到自己真正喜欢的伴侣，不要让别人干扰，也不要让时间冲淡你们的感情。你还要坦诚地与他或者她交流，这是两个人维系感情的纽带。如果双方都不坦诚或者一方还处于被蒙骗的情况，其婚姻的状况也许表面像那位朋友那样好，其实际却令人担忧。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

如果你找到了自己真正的爱情，那就放松自己吧，专心享受你今天得到的快乐。不要被因爱而生的孤独吓着，更不要将自己抛入一堆情人中假装自己很幸福。你应该将每天都过得充实。不要让自己的思想背上那些往事，或者忧虑没有到来的明天。爱真实的自己，也让自己得到别人真正的爱。爱情是自由的市场，每个人都可以满足自己的需求，用自己的尺度来衡量幸福。一切的选择和快乐都在于你自己，你只需要将自己放在第一位。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

·第十四卷·

唤起心中的巨人

（美）安东尼·罗宾斯 著



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net





作者简介

安东尼·罗宾斯是美国著名的成功学、励志学大师，心理学专家。他曾向美国前总统克林顿、戴安娜王妃、南非领导人曼德拉、网坛巨星阿加西、拳王泰森等提供过咨询和激励。他的著作《唤起心中的巨人》《激发无限的潜力》等，被翻译成 40 多种语言，畅销全球。他的演讲录像带和光碟累计发行达 3500 万套。数以百万计的人参加了他的现场咨询活动。安东尼·罗宾斯 1993 年被国际讲演会评为“全球五大演说家”；1994 年获评杰出人类活动家与“布莱恩·怀特公正奖”；1995 年当选为“美国十大杰出青年”。



全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章　人没有梦想，就注定会沦为失败者

我们每个人的心中都怀揣着梦想，比如有人想改善所生活的世界，而有人想过上高品质的舒适生活。然而琐碎的日常生活以及失意的人生挫折，逼迫着我们放弃了很多梦想，以致我们彻底没有实现的机会。你可明白，人生若没有了梦想，那么就注定会沦为失败者。

有一次我搭乘直升机从洛杉矶市到橘郡去作演讲，在飞行的途中，我竟然神奇地经历了一次“回望过去”。当直升机行经格兰岱尔市的上空时，我看见一幢似曾相识的高楼，我便让直升机绕着这幢楼飞行。我猛然回忆起，12 年前落魄的我在这里当管理员，每天开着破车赶到这里工作，没有朋友，工作卑微而不安，怀揣梦想又感觉太过遥远。然而现在，我的人生在 12 年的岁月里急剧变化，我已经坐在了曾经遥不可及的梦想之巅。

直升机一路继续南飞，快要到达橘郡的演讲会场。我看见在通往会场的高速公路上，拥堵着一英里长的车流。当我走下直升机时，成百上千的人围在四周的栏杆外向我挥手，他们向我诉说他们获得的帮助。只能容纳 5000 人的会场，涌进了 7000 名观众。我刚走进会场，就响起了雷鸣般的掌声，我深深为之感动。

我使出浑身解数完成了演讲，离开时人们纷纷送我上机。当直升机升上漆黑的夜空，泪水模糊了我的双眼，感觉一切都在做梦。8 年前我还只是一个仅有高中文凭，生活穷困潦倒的青年，我怎么会有如此惊人的变化？因为我学会了“能力集中之道”。是的，我们每个人都潜藏着可以立即支取的能力，这份能力就像一位沉睡的巨人，在等待你用心来唤醒。“用心”有如一束激光，唤醒你潜藏的巨人般的能力，排除一切成功路上的障碍。如果你能保持不断改进的心，对生活的每个层面严加要求，最终会开创出不同寻常的人生。

为此我希望你能好好地阅读这本书，这里面没有现成的成功方法，也不是所谓的一些死知识。请你不要小看本书，它能帮助你充分发挥潜能，做出不凡的成就。当然，这种改变不是突然发生的，它需要你持久不变地坚持，你才会从改变的经验中看到实质的改变。我告诉你几个让你产生持久改变的重要法则：

1. 提高你的期望值

人们问起我 8 年前是什么原因改变了我？我回答说那是因为我提高了对自己的要求，我写下了一切希望改变的事情。是的，我提高了对自己和未来的期望值，这一切便成就了现在的我。其实，历史上那些伟大人物也是如此，他们提高了对自己和事物的期望值，取得了令人惊叹的成就。其实你也拥有同他们一样的能力，只要你大胆、用心地支取它。同样，一个组织、一个企业或一个国家若是想有所改变，那么第一步便是从个人做起。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

2. 驱除消极的信念

信念之于每个人，都是至高无上的，它甚至主宰我们的思想、感受以及行动。所以说，掌握自己的信念系统是关键。在你对自己和未来的期望值提高后，你要运用积极的信念去实现。如果当年甘地没有坚定的信念，他领导的“非暴力抗争”就不会取得成功。积极的信念可以给人明确的方向感，它是历史上一切伟大成就背后的推动力量。

3. 改变你的策略

你已经有了更高的期许和积极的信念，你还需要好的策略。最简单的好策略是模仿，模仿一位已经成功的人物，这可以节省你摸索的时间，而且你可能做得比他更好。好的策略其实就是做我们应该去做的事情，关键是你是否真正去身体力行。是的，运用你潜藏的能力，去行动。那么如何运用自己的能力获得最好的效果呢？你需要以下 5 个方面：

（1）情绪方面。

有的人总是因为消极的情绪，使自己产生挫折感和无力感。他们忽略了自己身上其实拥有解决问题的潜能。更有甚者自我沦落，靠着药物的麻醉来寻求暂时的解脱。只占全球人口 5%的美国人，竟然吸食掉全球一半以上的可卡因。在本书中我会告诉你如何走出这些消极情绪，建立起积极的信念，完全发挥自己的潜能，以达成所企望的人生。

（2）健康方面。

如果为了追求一切而损害了健康，这是否值得呢？生活中充满了各种挑战，我们还要保持生龙活虎的精神。然而现实并非如此，据调查，心脏病、癌症已成为美国人最大的生命杀手。这是因为我们用各种垃圾食物来填充肚子，用各种酒类、香烟及毒品来戕害身体，成天坐在电视机前麻痹心灵。你想要有成功的人生，就得学会控制好自己的身体健康，使自己有充沛的活力去达成所要的人生。

（3）人际关系方面。

如果你的事业很成功，却没人与你分享成功的喜悦，那么，成功又有什么意义呢？本书将会告诉你如何建立起良好的人际关系。人际关系是人生中巨大的财富，当你和人们建立了最诚挚的关系，你会从中受益匪浅。

（4）钱财方面。

每个人都想过一个舒适的晚年生活，然而其一生却被钱财所困扰。因为人们总是被错误的观念误导，认为追求的钱财越多越好，甚至将其作为人生的追求目标，反而承受着越来越多的压力，让人生也失去了真正的快乐。本书将会告诉你，要对财富养成正确的认识及价值观，然后抱持这样的观念去拓展财富。

（5）时间方面。

伟大的事业都需要漫长的时间才能完成，你要注重策略和蓝图的制订，特别是长期的计划，而不要贪恋眼前的利益。若是所需的时间长些，就必须耐心等待，当有偏差时得顺势修正。当你熟悉运用时间后，你就会运用自己的想法和创作力，淋漓尽致地发挥你的潜能。

我上面所说的不一定是唯一的正确生活方式，但是我相信这些都是走向成功不可或缺的。因此，我希望你能反复地阅读这本书，选取你认为对你有用的部分，不断在生活

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

中实践。我相信，你一定能做出惊人的成绩。

我写本书的目的是要帮助你完全改变自己的人生，进入更高的人生境界。因此书中包含着各种改变人生的观念及方法，它们都具有极其珍贵的价值，如果你曾阅读过《激发无限的潜力》，对它们就不会陌生。现在我们就开始展开人生之旅，去挖掘最真实、最丰富的潜能吧，下面我们将说到决定，这是开启未来的开始……

19 岁时的我身上没钱，内心茫然。幸好，我自己摸索出一项本领：如何发挥自己的潜能。一年之内我的人生就出现了转折，我满怀信心朝着我的目标前进，现在我取得了事业和家庭的成功。我有了健康的身体、娶了位能干的娇妻、组织了幸福的家庭、建立了成功的事业。这一切 10 年前的我还难以想象，现如今我忙于到世界各地演讲授课，帮助他们开发潜藏于身上的能力，实现心中的梦想。

我人生最大的转折在于我做出了决定，我决定改变我的人生期望。你要明白，当你做出决定的那一刻，你的人生就已经注定。所以你可别把决定看成儿戏，而要全力去达成才行。我在第一章曾说过，你要制定更高的期望，让自己的人生境界更上一层楼。遗憾的是大多数人从不这么做，反而为自己的懦弱寻找借口：家境不好、没有背景，学历不足、没有机会，年纪大了或者年龄还小。其实这些借口都是在敷衍你自己的人生，它只会限制你能力的发挥，甚至毁掉你的一生。你要果断地做出决定，不再为自己找借口，你会感受到带给你的改变，不管家庭、事业、心态、健康，乃至人际关系。我们甚至可以说，“决定”是一切改变的动力，它可以改变一个人、一个家、一个国和整个世界。

艾德是一个不幸的人，14 岁时因感染小儿麻痹症导致颈部以下瘫痪，他终日靠轮椅活动，白天他戴着一个呼吸设备过日子，晚上需要铁肺来维持呼吸。脆弱的生命几次与死神擦肩而过，他却从来不为自己的残疾感到难过，他决定要用自己的行动告诉社会大众：残疾不意味着无用。他同时也向社会呼吁，为残疾人提供方便。在他过去 15 年的推动下，社会和政府注意到了残疾人的权利，如今公共设施都设有专供轮椅行走的上下斜道、残疾人专用的停车位以及帮助残疾人行动的扶手，这都是艾德的功劳。艾德·罗伯茨还是第一个患有颈部以下瘫痪而毕业于加州大学柏克莱分校的高材生，随后他又担任加州州政府重建部门的主管，成为第一位担任公职的严重残疾人士。艾德·罗伯茨的事迹告诉我们肢体的残疾并不能限制人的发展，关键在于他为自己的人生做出什么样的决定。

很多人也许会试着为自己的未来做个决定，可是他们会问：“问题是我不知道怎么做?”其实你在做出决定的时候就应该考虑怎么做，因为在任何时刻，我们的人生都有 3 个主宰要素，它决定了日后我们的成就。这 3 个要素分别是：你要决定怎么看、你要决定怎么想、你要决定怎么做。

大部分人做决定时都未用心，更没有系统地考虑上面 3 个要素。这样，你可能要为此付出巨大的代价。对于这种人生的决定，我称之为“尼亚加拉瀑布症”。人生如同一条奔流的大江，我们漂流其中。有的人可能只看到当前怡人的风景、恐怖的险滩，浑浑噩噩的顺水漂到分岔口，却茫然不知何去何从，只能放弃自我的控制能力，随波逐流。直到一天如万马奔腾坠入悬崖，跌落到尼亚加拉瀑布，这时候你想转身已经来不及了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你只能无限恐惧地等待着撞进深渊，这可能会损失你的钱财或者健康、情感、事业。其实这一切，你都能够避免，只要你在上游作出决定。

1938 年，本田决定全心研制先进的汽车活塞环，虽然他当时还只是一个学生，但他变卖了所有家当，义无反顾地扎进车间。身上整天都是油污，累了就倒头睡在工厂里。为了让自己的研究继续，他甚至变卖了妻子的首饰。他的产品出来了，他准备卖给丰田汽车，可是丰田认定产品不合格被退回来了。本田先生毫不气馁，他重新回到学校深造，虽然常常被同学或者老师嘲笑，但他仍然坚持自己的设计研制。两年后，他研制的产品获得了丰田的订单。可是不久，他遇到了新问题，时值二战，日本禁售水泥，他没法建厂生产产品。但他并没有退缩，他独出心裁，和工作伙伴研究出新的水泥制造方法，建好了工厂。战争期间，这座工厂两次被美国空军轰炸，大部分设备损毁。他迅即召聚了一些工人，去捡拾美军飞机所丢弃的汽油桶，称其为“杜鲁门总统所送的礼物”，因为当时日本物资匮乏，而汽油桶却为他提供了必需的制造材料。不久，一场地震夷平了整个工厂，这时本田先生不得不把制造活塞环的技术卖给丰田公司。

本田先生有好的制造技术，也深具信心与毅力，不断尝试并多次调整方向，虽然目标还不见踪影，但他始终不屈不挠。二战结束后，日本石油紧缺，人们无法开车出行。本田先生试着在自行车上装上马达，这样还真有用。邻居们也请他安装马达。是的，这就是最早的摩托车。他想到何不开一家专门生产摩托的工厂呢，但是他缺少启动资金。他想到了一个方法，向全国 18000 家自行车店写信求助。告诉他们他的摩托车生产计划。最后有 5000 家愿意出资，本田先生就开始生产摩托。从早期笨重的大摩托车到后来轻便的轻型摩托车。本田的摩托车畅销国内，获得了天皇的嘉奖。随后，本田摩托车远销欧美，成为战后一代人的流行坐骑。20 世纪 70 年代本田开始生产汽车并获得佳绩。今天，本田汽车公司在日本及美国的员工超过 10 万人，是日本最大的汽车制造公司之一，其在美国的销售量仅次于丰田。可以说本田宗一郎的决心和不畏艰辛的毅力成就了今天的本田。

在我们做出决定的时候，你要考虑这是长远的打算还是短期的打算；你人生中的任何一个决定都非常重要，如果你决定失误，可能会遭受财产的损失、事业的挫折等不利情况。在此我告诉你 6 个能帮你做出决定的秘诀，这些会帮助你在人生中发挥出无尽的力量。

第一，记住做决定的真正能量。一个决定可能会注定你的一生，若是你遭逢人生的低谷，你可以做出改变的决定，再加上你后续的行动，你的决定蕴藉着巨大的能量，在改变着你的人生。

第二，做出真正、坚持的决定。大多数成功人士在做决定时都很快，因为他们早已清楚了自己的境况和需要，而且他们一旦决定，就不会轻易改变。然而，那些时常被失败困扰的人，在做出决定时犹豫不决、优柔寡断，甚至中途改变主意。我的建议就是思考清楚、迅速决定、坚持行动。

第三，要经常做决定。决定越多，你的决断能力越会得到提升。你会因此感到自己能力的逐渐强大。

第四，从所做的决定中学习。有时候做出决定之前我们已经考虑周详，可是难免会

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

有意外情况。我们不必为自己的决定后悔，我们可以从中吸取教训，这可以帮助我们少走弯路。

第五，坚守决定的同时，保持行动的灵活性。在抱定自己决定的行动里，善于听取好建议，理性的人生应该是保持着终极方向的灵活变化。

第六，享受做决定的乐趣。你在做出可能改变一生的决定时，不要忘记你身后的那些朋友、家人，或者是飞机上坐在你一旁的人，甚至你接打的某个电话，所看的电影或者书籍，都会为你提供改变人生的契机，你要在生活中学会享受这种乐趣。

请记住，你的决定主宰着你的人生，而不是你生活的环境或者你的遭遇。你从这本书中所看到的一切都不管用，你从其他的书中所看到的也如此。只有你决定做出真正的改变，并为之行动，发挥出你的能力之时，你才可以开始改变你的人生……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章　很多时候，我们被心而非脑所指挥

一群来自贵族学校的纨绔子弟在纽约中央公园内强暴了一位 28 岁的女士，他们犯罪的理由让人震惊：找乐趣。而在离华盛顿不远的一场空难中，一架客机撞上一座处于下班高峰期的大桥，造成大灾难，一个人用自己的救生衣救起了不少落水者，而自己的躯体却在几天后被打捞起来。这是两个全然不同的真实新闻，为什么人性在善恶之间有如此大的差距？

我一直都在探索上述问题的答案。我认识到人不是无从捉摸的动物，我们每个人的所为必定有其原因，而这背后就有其推动力。虽然影响每个人行为的原因都各不相同，但是这力量不外乎来自“痛苦与快乐”。我们甚至可以说人生中所做的每件事，不是为了追求快乐就是为了逃避痛苦。

不少人经常说想要改变自己的人生，可是难以做到，反而徒增失望。其实只要你了解并利用痛苦和快乐的力量，你就能立即且永远地改变自己的行为，追求到所企望的人生。如若你不懂如何利用此力量，你就只能如动物般受制于环境。也许我说的偏激了点，但是不无道理。你不妨想一想，为什么有些事你明知道该去做而没做呢？

答案很简单，即便做这些事有利于你，可能还会收获快乐，但是你却在犹豫不决，瞻前顾后，所以错失了机会，从而让自己遭遇痛苦。正如塞尼卡所说：“一个人在事情还没做之前便想逃避，待事到临头时就会觉得更痛苦。”

经常会有人问我一个有趣的问题：既然痛苦的力量比快乐更大，为什么有的人仍然在痛苦中死性不改呢？那是因为他还没有吃够痛苦，即没达到需要急切改变现状的痛苦“临界点”，因而不足以使他改变旧有的行为。

人生中最重要的一课

痛苦与快乐的力量影响了唐纳德·特朗普和德丽莎修女的人生。也许有人会质疑我怎么将这两个人相提并论。事实上在于他们对痛苦和快乐的判断标准。在这里，我们要学到人生中最重要的一课，便是懂得什么使我们快乐，什么使我们痛苦。

唐纳德·特朗普希望买下最昂贵且最高的办公大楼、拥有世界上最大且最豪华的游艇及精明地成交每桩生意，总之，他一心想赚大钱，这就是他快乐的源泉。他最痛苦的是屈居第二，对他来说那简直是失败。然而德丽莎修女却完全不同，她看见那些受苦的穷人就如同自己也在受苦。她的快乐就是去帮助那些生活在贫困中的人们，抱着为疟疾和痢疾所苦的瘦弱孩童的躯体。她去帮助那些人脱离苦海，她的痛苦就能消减，这也才能使她感到快乐。她认为人生真正的意义，在于把自己奉献给需要帮助的人，那是人生中最高的情操。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

特朗普是一个重视物质享受的人，德丽莎修女是高贵的人道主义者，两个人的人生选择可能与各自的家庭、环境、性格有关，但是其根本原因在于他们所认定的痛苦和快乐决定了不同的人生。

是你所认定的痛苦和快乐决定了你的人生

我小时候就认为求知是生命中最大的快乐。我认为只有自己找出改变人们行为和观念的知识，我就可以拥有快乐、逃避痛苦。这些年来我一直在追求知识，追求改变人类行为习惯的秘诀，这改变了我，也让我改变了不少人。因为我找到了更高的快乐，运用我的所知所能，帮助人们获得改变，得到高品质的人生。这就是我人生的目的，也是我人生最高层次的快乐。

最近媒体报道了一则新闻：有人将自己关在笼子里，进行了 30 天的绝食抗议。奇怪的是他还活着，而且还是快乐地活着。其实他在肉体上承受了巨大的痛苦，但是他引起了社会的关注，便得到了内心的快乐，结果所受的痛苦便为快乐所抵消。

切斯特·菲尔德曾说："不管是男人还是女人，经常都是被心而非脑所指挥。"也许你会不同意这句话，但实际上我们很多时候的行为的确受情绪控制，悲伤或者快乐，与理智无关。如我们都知道巧克力吃多了对身体不好，可是我们还是猛吃，为什么呢？因为我们的行为有时候不受理智管束，而是受控于神经系统中对痛苦或快乐的直接反应，虽然我们都相信做事当凭理智，然而很多时候却是受控于情绪，甚至有时决定了我们做事的想法。

很多时候我们希望自己是理智的人，可是很多人做不到，因为那样太痛苦，就像戒烟一样，明知道吸烟对身体有害，可还是难以戒除。因为人们都情愿逃避痛苦，获得短暂的快乐。其实我们只需要换个角度来思考，比如将戒烟看成是真正的快乐，而将吸烟看成是折磨自己肉体的痛苦，那么这样戒烟就会有效果。这个道理让我们明白，只要能把痛苦或快乐跟任何事物连接在一起，我们就可以很快地改变自己的想法、情绪或习惯。

情绪影响着一切，包括你的人生

纽约有一条麦迪逊大道，街道两边是广告公司或者公关公司——影响消费者认知的地方。他们就是通过人们对于痛苦和快乐的直接反应，达到营销的最佳效果。他们运用各种影视、图片等媒介来引逗消费者的情绪反应。

百事可乐公司也曾利用这一招，抢夺了可口可乐大量市场份额。百事可乐从迈克尔·杰克逊的表演中得到了灵感。迈克尔·杰克逊当时在流行界炙手可热，唱片热卖，歌迷们迷醉在他的歌声之中，处于兴奋的情绪里。百事可乐就重金邀请杰克逊为自己代言，这样歌迷们对迈克尔·杰克逊的热情也投射到百事可乐的身上了，他们就会去买百事可乐，犹如他们去买迈克尔·杰克逊的唱片一样。其实这一切都与巴甫洛夫著名的实验有关，19 世纪末苏联科学家巴甫洛夫反复用摇铃来喂狗，摇铃就能够勾起狗的食欲。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

这是一个诱因反应的实验，反复的刺激让神经系统中产生神经链，只要巴甫洛夫一摇铃，狗就会不自觉地流下口水。

这样的营销例子很多，比如开宝马汽车暗示你是高品位的绅士，买韩国现代汽车就是最聪明的省钱者。这里面的奥妙就是将快乐的情感投射在产品上，诱导人们以为使用该产品就能产生快乐。

当然，其实这种手段不仅适用于有形的产品，也适用于政坛。罗杰·艾尔斯对此尤其擅长。罗杰是一个政客幕僚，他曾帮助里根赢得 1984 年的总统大选、帮助老布什打败杜凯赢得 1988 年的大选。特别是他利用媒体将杜凯塑造成一个不懂国防、环保不力，打击犯罪软弱的人，这让杜凯在选举中败北。虽然当时很多人对丑化杜凯的这些宣传不敢苟同，但是它仍然打击了对手。这正如罗杰所说："负面的消息往往更容易给人留下印象，就像大多数人不会放慢车速看路边的美景，但是会好奇地停下来看车祸一样。"无怪乎这就是罗杰·艾尔斯的策略，他帮助老布什赢得了历史上总统大选最大差距的胜利。

其实这个能影响消费者以及选票的力量，也可以影响我们的行为。我们可以运用这些情绪暗示来决定我们的行动，比如你将痛苦和不该做的行为连在一起，并且使这种意愿达到极强烈的程度，随之把快乐和该做的行为连在一起，通过这样反复地练习，最后你必然能够很自然地完成行为的改变。

一个暴力酗酒的父亲，因为杀人终身监禁。他的两个儿子，一个与父亲的下场一样；而另一个却是一家大公司的总经理，有幸福美满的家庭，不酗酒不吸毒。在相同的环境下，两个人的命运如此迥异。我发现，影响我们人生的绝不是环境，也绝不是遭遇，而是我们看待世界的信念。

为什么信念有这么大的作用？其实它是引导我们追求快乐、逃避痛苦的力量或者指南针。信念不是与生俱来的，而是我们从过去的经验中获取的。当然，信念可以创造奇迹，也可能具有毁灭力。洛杉矶市的蒙特利公园橄榄球队有几位球员在比赛时出现了食物中毒的症状，当时推测可能是自动售货机的汽水有问题，现场广播就警告球迷，不要去自动售货机买饮料，因为有人食物中毒了。顿时整个观众席发生了恐慌，有人开始反胃、昏厥，甚至只是路过自动售货机的人也会感到不适。那天救护车来回于球场和医院之间运送病人。后来证实自动售货机的饮料没问题，那些"病人"们都突然之间痊愈了。

信念就是如此神奇，有巨大的创造力，也会摧毁人的心理、健康。就在你看这本书时，你或许正在形成自己的信念，想要按照书中所说去改变自己。如果你希望主宰自己的人生，那么就必须好好掌握自己的信念。第一步就是你得知道信念是什么？它是如何形成的？

信念是什么

要想了解信念，不妨从信念的最初形式——念头——来谈起，每个人日常中都有许许多多的念头，不过可不都是深信不疑。一个念头如何才能成为信念呢，念头其实就如

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

同没有腿的桌子，有了支撑才能成为桌子，念头若没有支撑就不足以称之为信念。只要有了足够的支撑，比如足够的依据或参考，念头就可以成为信念。信念也有积极和消极之分，下面这个故事就可以说明。

长久以来，人们都认为人类不可能在 4 分钟内跑完一英里。但是在 1954 年，罗杰·班尼斯特就打破了这个“信念障碍”。他的突破除了艰苦的体能训练之外，最重要的是精神信念的突破。他已经多次想象自己突破所谓的极限，在心中形成了坚定的信念，这个信念如同对神经系统下了一道绝对命令，帮助他完成了“不可能”的事情。班尼斯特的突破影响了其他运动员，随后一年有 37 人突破这一障碍，再一年则是 300 多人。

这个故事告诉我们，人们常常对自己的能力产生“自我设限”的信念，可能因为曾经失败过，所以就将此封闭起来，久而久之就成为恐惧、不可逾越的信念。当遇到事情时便踌躇不前，最后草草了事。当年有人设想要在加州橙谷建造一座有特色的游乐园，其主题是重回儿童世界，可是不少人觉得这是痴人说梦。但是沃尔特·迪斯尼却实现了这个“痴梦”，把童话里的世界带到了这个并不美丽的世界上。

我们每个人都要面对一个问题：如何面对“失败”。这可能决定你一生的命运。要记住这句话：“面对人生逆境或困境时所持的态度，远比任何事都来得重要。”有的人在失败的挫折后就开始消沉，放弃了成功的尝试。这种消极的信念会让他觉得无力、无望、甚至无用。在心理学上，这种具有摧毁性的心态被称为“无用意识”。如果一个人在某方面多次失败，就可能出现这种心理，认为自己无用，停止一切尝试。

痛苦是改变信念最有效的工具

这里我们再次提到痛苦，而且我确信，痛苦是改变信念最有力的工具。在一次电视访谈节目中，一位女士当众声明脱离三 K 党。然而在一个月前，也在这档电视节目里，这位女士还是三 K 党的坚定拥护者，当时她大谈种族混乱，说非白人种族造成了国民素质的下降。为什么在一个月内，这位女士就转变了自己的信念呢？原来在节目后，这位女士的儿子不同意她的观点，表示有这样的母亲他很难过，一气之下就离家出走了。她在一个月的反省时间里，想起有观众告诉她：“不少有色人种的美国士兵仍然在波斯湾前线作战，他们不仅是为美国，也是为你。”这些痛苦让她自责，质问自己为什么会有这么激进的想法呢。所以，她第二次来到这档访谈节目，向观众们承认自己对种族的看法太过偏激，并且宣布从此退出三 K 党。并且说今后她会和各种肤色的人平等相处，有如自家兄弟姐妹。

人生中还有一个重要的必修课，那就是你要时常反省自己的信念，这些信念是否激励你奋发努力，勇敢地面对生命中的各种艰难？如果想拥有积极的信念，你不妨去请教那些成功的人，向他们学习成功的奥秘。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

效法人生赢家的信念

上面提到向成功的人士学习，是改变你的信念、拓展人生的一个方法。其实本书中的许多观点就是从这些各个行业的成功人士中得来的。他们在成功之路上留下了脚印，我们遵循着前进就可以少走弯路的原则。所以在日常生活中你要注意身边的每个人，向他们学习能使你迈向成功的秘诀。

由此我们可以看出，信念具有的力量，它会影响我们作出的决定，影响我们的行动，包括事业和生活上的，从而主宰我们的未来。我们若希望有个成功且快乐的人生，有一个重要的信念必须接受，那就是：不断改进自己人生的品质，不断成长、不断拓展。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章 改变：释放你潜藏的能量

我一直希望自己有能力帮助人们改变人生，我也为此而终身努力。我从中学就开始涉猎大量的个人发展、心理学、行为学、生理学等方面的书籍。进入社会后，我接触到了格式塔治疗术、艾瑞克森诊断及神经语言学等，这些治疗方法功效神奇。我就开始学习这些学问和技巧，而且开始运用到自己以及别人身上。

我最早从神经语言学开始学习，不久，我就自信能治好别人的病。“我可以医好患有恐惧症的人！”当时我对一起上课的同学们说，他们认为这是天方夜谭。于是我利用广播、电视开始我的事业，先从加拿大开始，然后美国，其实我只是帮助人们克服恐惧、忧虑、悲观等消极情绪。很多人在多年的治疗中都没有改善，但是我告诉他们，我可以在短时间内让他们获得痊愈。

是的，当时有不少人对我的这套说辞表示怀疑，甚至强烈抨击。我认为要想建立自己的事业必须本着两个原则：一是专业素养，二是面对挑战。所以我毫不畏惧所有的挑战。

大约 4 年前，我在旧金山举行演讲会，会后有些人围着我给他们签名，人群散去之时一位先生走到我面前，我还记得他是我两年前在纽约治疗烟瘾的患者，于是我就说：“我曾帮你戒掉了烟瘾，是吗?”他点了点头，我舒了口气说道：“噢，那已经是两年前的事儿了，你现在还好吧?”他没答话，从裤袋里掏出一包烟并点燃了，然后带着嘲弄的口吻说：“你失败了。”

他的话让我感到强烈的挫折，我一直对自己的治疗手段信心满满，认为这是绝对有效果的。不过，他接下来告诉我，他是在我治疗一年多后，无意点燃一根烟让他重陷烟瘾中。他的案例给了我一个反省自己的机会，为什么我的“神经语言学”治疗会有反复？不久，因为一件事我找到了答案：自我负责与调正。

一天，一位调音师为我女儿的钢琴调音，他仔细地调正每根琴弦。当他收拾工具的时候，他告诉我，接下来连续 4 周他都会来调音。我不禁愕然：“不是已经调正了吗?”他告诉我：那只是暂时的，需要反复调正才能让琴弦保持在正确的音符上。这让我明白了我的治疗手段，同样也需要多次“调正”的强化，才能让神经系统中的神经链定型，做到真正改变一个人的行为模式。

人脑的能力

我们的大脑是潜藏着巨大能量的神奇天赐，历史上那些卓越的伟人，也仅仅用了脑力的极小部分。所以你要是留意开动你的大脑，你也能不断开创出各种所希望的未来。

现在最先进的电脑都无法与我们的大脑相比，大脑每秒钟可以处理 300 亿个指令，一个人的脑神经系统约含有 280 亿个神经元。这些神经元都很小，每个神经元可以同时

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

处理 100 万个指令。如果你知道我们的大脑拥有如此强大的能量，就会感到那些酗酒、吸毒的恶习是对大脑的多大浪费。我们应有足够的底气去面对未来，不应沮丧、忧愁，而应该过着快活的日子。

神经科学：有效改变的入场券

神经科学，是我们对于人脑及神经系统探索的科学。我们的大脑就是神奇的神经系统中枢，它可使我们回想起某次雨后森林中的一朵牵牛花香，或者耳畔回响百老汇歌剧中的一段醉人乐曲，这个复杂的系统不仅让我们享受美好的世界，也能帮助我们应对这个残酷竞争的世界。

每当我们遇到什么让人痛苦或者快乐的事情，我们的大脑就会详细地将这件事情的前因后果记录在我们的脑海中。如果今后遇到了类似的情况，我们就能从大脑中提取信息，作出更好的决定。这里面起关键作用的就是神经链，某种行为模式会形成神经链，比如初生婴儿不知道火能灼伤人，如果触摸受到刺激，就会形成反应神经链，产生对火的拒绝行为。所以神经链能随时为我们的大脑提供有关的信号，让我们依靠过去的经验，平安地度过人生。

其实，我们若在生活中形成了某种行为或者情绪，我们的神经系统也会形成神经链。如果我们反复做某种行为或者长久沉溺在某种情绪中，就会加强神经链，出现的某种行为或情绪的频率就会提高，这就是那些沉溺毒瘾越久的人越难治愈的原因。但是一旦我们尝试着改变这些行为或情绪，久而久之，这些神经链就会减弱。所以说，神经科学是我们改变自己的科学依据。

下面，我将会运用神经链调正术的 6 大步骤，帮你消除消极的行为模式，在很短的时间内改变痛苦和快乐的神经链，从而产生新的、积极的行为模式，让我们继续往下看吧。

若你想改变自己的行为或者情绪，你都必须经过下述 6 个简单步骤。这 6 个步骤是神经链调正术的基础，能直接且有效地使我们改变，帮我们消除痛苦而得到快乐，只要我们坚持就不会出现反复以及任何不良的副作用。

第一步：确定你的改变方向。

你要清楚自己想要什么，什么阻碍了你。人们总是说自己不喜欢什么，而忽略了自己想要、喜欢什么。你要确定你真正想要的，这样才能引导你的未来改变的方向，而且这目标必须明确、具体，这样才能发挥你的能量，快速地达成目标。此外，清楚什么阻碍了你，就能知道什么让你痛苦，从而帮助你扭转痛苦的格局，走向快乐的行为模式。

第二步：找出改变的临界点。

人们总是满足现状，不愿意做出改变。甚至有的人在同样的事情上不断犯错，却依然不想改变。这是为什么呢？首先是外界的压力不够大，如果有人拿枪顶着你的脑袋，威胁你必须改，估计你才会行动。另外，最重要的是你的痛苦还没达到寻求改变的临界点。

在物理学上有杠杆的原理，利用它，可以达到四两拨千斤的神奇作用。其实某种行为或者情绪给我们的痛苦，也可以利用这个原理得到改变。如果我们交织于痛苦与快乐

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

之间不愿意改变，那么我们只有一个改变的办法：让自己的情绪达到痛苦的临界点。这就如同贪吃导致肥胖的人，发现自己的血压太高、行动不便、引人嘲笑之后才开始痛苦地减肥。

第三步：终结旧有的行为模式。

你知道有一种对“精神病人”的解释吗？“反复做相同的事，却妄想有完全不同的结果。”其实，我们大多数人每天都过着一成不变的生活，近似于精神病人的生活，这极易埋没我们潜藏的能量。只要我们调整一下已成习惯的神经系统，就能释放出那潜藏的能量。所以你要终结旧有的行为模式，虽然它能带给你短暂的快乐。上一步我们已经帮你找到了改变的杠杆，那么现在就开始改变，开始你新的健康的行为模式。

第四步：建立新的健康的行为模式。

长久改变的关键就在于“立新”，建立新的健康的行为模式。有人经常在改变旧有行为时失败，为什么？那是因为未能找到取代的新行为模式。

当我们旧有的行为模式被中止了，我们的大脑就会自动寻找同样能够给我们刺激、快乐的新行为。比如有的人戒烟成功了，体重却增加了，因为吃东西开始取代吸烟。

第五步：让新的行为模式成为习惯。

反复调正，有助于你的改变持久且有效。反复新的行为模式，可以帮助你形成新的神经链，强化它成为根深蒂固的习惯。

要想加速调正的有效性，那么我们还得为“强化”新行为给予奖励。当你一有新的改变时要立即奖励自己。是的，要立即，这有助于强化调正的时效性。比如当某个篮球队员投出了一个 3 分球，场边的教练就会立即大喊：“好球！”而不是到了赛后再说什么赞赏的话。只要我们给新行为模式以及时的正面奖励，它便会调正成为自发性的行为，否则它就会慢慢地消逝。

第六步：测试一下效果。

你已经在不断调正你的新行为，使之成为习惯，那么下一步就是确定上述方法在未来是否继续有效。你可以想象自己身处旧习惯中，看它对你是否有吸引力。如果你再次陷入其中，那么你不得不再来一次上面的 5 个步骤；如果你成功否定了旧习惯，那么改变已经成功。

你还可以验证一下改变后的效果，看看这些新行为模式给你的生活、事业、人际关系带来了什么改变。最重要的是新习惯是否符合你的价值体系、信念及心则，否则新习惯就无法持久。

到此为止你已经学会了改变习惯的 6 个步骤，不过你还是要确定你所追求的是什么，所以下面我就要告诉你怎样找到你真正想要的追求。

我们在人生之中，总是会问自己：我们到底想得到什么？也许你想要美满的婚姻、可爱的孩子、大量的钱财、豪华的汽车，或者你想去世界各地旅行、观览名胜，或者你想成为德丽莎修女一样的人，帮助贫困、饥饿中的人们。

当你心中有这种想要的目标之时，你的注意力就会置于其上。对于这些目标相关的东西，你的感受便会变得强烈。而如何让你的这种感受转变成为动力，你可以有两种方式：

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

1. 形气是推动人生的力量

我们的动作、姿势、行为、情绪、面部表情都会形成一种形气，这就像物理中的场。特别是当一个人心情低落之时，形气就特别明显。所以，要想改变一个人，最重要的是借着形气改变其情绪、行为。可是很多人却习惯了自己生活中体现的形气，不知道这些形气对我们日常行为造成的巨大影响。

如果你是一个习惯利用形气的人，你就可以自如地体验各种情绪。比如当你的脸上绽放出笑容，你就能很快感觉到自己的信心。比如你垂着头、胳膊无力地行走，你的情绪就很低落，你的形气就非常委靡不振。那么如何改变呢？你得深呼吸，抬头挺胸，脸上堆满笑容，并且充满活力地大步前行。是的，如果你想持续有效地改变自己的形气，不妨每天早上都面对镜子摆出大大的笑脸。这个反复的动作能够在你的神经系统中形成神经链，从而成为习惯性的笑容和快乐。试试看，这会带给你很多的乐趣。

形气的改变还有一种重要的方法，即让自己经常处于“动”的状态，这可使你产生自信，人一旦拥有了自信，就会有各种各样的能力，得以灵活地面对复杂的环境。如果一个人的能力停止，乃至于失去了活动的能力，其活动量减到最后的结果便是死亡。

2. 意焦是能力集中的奥秘

还有一种能够使你找到快乐的方法，那就是把你的意焦放在快乐的记忆上。你的意焦转移会使你的形气得到改变，然后情绪、行为都得到改变。甚至，凭借我们的想象力，我们还可以想象那些即将到来的幸福和快乐，从而从心里溢出快乐的情绪。

(1) 什么是意焦？

上面说到意焦，那什么是意焦呢？我们知道，人透过5种感觉器官来认识外部世界。不过每个人都会偏重其中一种感觉器官，这一般称为感元。比如说有的人偏重眼睛所见，即视觉器官的功能占首要地位；有的人则较偏重听觉器官或触觉器官。每个感元下又可分为数个次感元，当我们用感元系统去感受外界或者想象感觉时，我们就在运用意焦。这就像我们在用照相机的镜头去捕捉外界的色彩、光度等。意焦的转移就是我们的关注转移，它影响着我们的认识、行动乃至信念。

(2) 意焦只是部分的事实。

其实我们用感元去感受的世界不是绝对的，或者说只是部分的事实。这个世界没什么绝对的事物。所以我们感受的世界肯定不是绝对地真实。你的意焦决定了任何一件事物在你心目中的意义。意焦并不是事物的本身，它只是接近部分事实的观点，只是你从某一角度认知事物的结果。还是用照相机作比喻，它在摄取景象时永远只是一个静止的部分，不是所有的真实。其实，我们可以通过我们的意焦转移，来关注那些让我们振奋、快乐、积极的事物或者信息。因为心中怎样呈现，感受就会怎样被控制。这一切的最后就会影响我们的行为和情绪，乃至于影响我们的人生。

(3) 任何事物的意义取决于意焦所在。

意焦会影响我们对于事实的认知，甚至我们会被自己的意焦所欺骗，所以我们要好好控制意焦。提问题是控制意焦的最好方式，提问题是改变人生极具威力的一个利器，也是改变我们情绪有效且简单的方法。

曾经一个孩子从家里拿了一把手枪，准备去解决了那个经常欺负他的校园流氓。当

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

时怒火在他的胸膛里燃烧，双眼全是逼人的杀气。当他看到了远处的那个小流氓，他问了自己一个问题，如果我杀了他，我的后果会怎样呢？这一转念之间让他放下了手枪。这个孩子后来成为了传奇的球星，他就是波·杰克逊。

不论是通过行为来改变形气，还是运用意焦来改变认识，其最终的目的都是告诉你如何调正自己的神经系统、身体和意焦，从而能不断地帮你找到有益的行为模式和追求目标。如果你仍然在低落的人生心态中，你的形气已成为习惯，那么你急需要改变意焦，转移到你力所能及的领域，让你获得真正的快乐和改变。在下一章里我将继续介绍问题和字眼对于改变人生的巨大作用。现在就让我们看下去……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章　把时间用在思考上

前面我已经说过，信念会影响我们的决定、行动乃至命运。其实这一切都在于我们如何思考，如何为人生作“认定和创造意义”的思考。如果我们想开创人生，就得不时地从“我如何思考”这个问题找出答案。

问题会主导我们的思考

我见过各种各样的人，成功的，不幸的。我常常想，什么原因决定了他们的命运。为什么有的人取得了巨大的成就，而有的人却消逝在“尼亚加拉瀑布”的激流之中？当然，我也会这样问自己：是什么决定了我的现在和未来？其实在我们思考这个问题的时候，我们就在对自己作出诠释与认定。我们对自己的遭遇提出什么样的问题，会影响我们所作的决定和行动，最终便注定了我们的命运。

我们对这个问题的思考就是问与答的过程，我们对自己提出人生之问，然后我们来回答。其实提问的方式、角度就反映了你解决问题的态度。所以如果你要想改变自己的人生，那么就必须改变自己的思考方式，或者说是改变你提问题的习惯。你提出什么样的问题，就可以看出你的意焦关注所在以及角度，从而影响到你的思考和情绪反应。

我们的学习就是从提问开始，苏格拉底就是用问题来引导学生的意焦，通过对问题的辩证来探索所要的答案。你也许不敢相信，“好的提问可以开创美好的人生”。但是我还是希望你谨记这句话，甚至让它成为你人生中的座右铭。

不同成就的人，会从不同层次、角度提出问题。当爱因斯坦进入时空相对的研究领域时，提出这个问题：“看似同时发生的事情难道就是事实真相？”就像当你听到几公里之外的爆炸声时，你不能认为就是听到之时就是爆炸发生的时候。爱因斯坦会告诉你，时间是相对的，它的长度往往得视受测者的感受而定。爱因斯坦就经常探索这类有意思的问题，所以他最后提出了相对论。

爱因斯坦的问题看似简单，却对后世造成了极大地影响。你可曾认识到，你提出的问题也可能同样简单，而且同样会对你的人生产生巨大的效果。“问题”具有极为神奇的力量，可以唤醒我们巨大的潜力，可以帮助我们实现心中的愿望。当然，这需要你运用自己的大脑提出实际且有意义的问题，这才有助于你的成功。

既然我们的脑子具有这样的威力，为什么那么多人还是提出愚蠢的问题、过着平庸的生活、经历着垂头丧气的低落呢？那些“快乐、健康、富裕和明智”的生活又在何处？一个重要的原因是人们提出了问题，可是没有顺着问题去寻找答案；或者是没有提出积极的问题，让自己积极找答案。比如有人抱怨“我怎么不受大家喜欢呢”，而不是积极地问自己：“我该如何获得别人的喜欢呢？”所以你若是想使人生过得更好，就必须

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

改变你平常提问的习惯。你要用积极的、鼓舞人的问题来激励自己，朝向成功的人生迈进。

提出问题的功效

具体说来，提问有 3 种功效：

1. 提问能够转变一个人的意焦，从而影响其内心的感受

比如你总是抱怨；“火车为什么行驶得这么慢?”这种问题让你的旅程倍感煎熬；但是如果你换个角度，“为什么我不安心来欣赏窗外的风景”或是“安静地看书呢?”问题的提出，会转移你的意焦，让你摆脱这种无奈的状态，从而找到让自己振奋的方法。

所以你要不时向自己提出一些具有建设性的问题，特别是那些让你能够感到快乐、积极的问题。

2. 问题能使我们注意所忽略的事情

人类是一种善于忽视事情的生物，我们身边每天都会发生很多事情，可是我们只关注其中的少数。这样我们就能有选择性的做许多事情了。如果关注太多事情，反而会耽误我们做事。其实当我们对某些事关注时，我们就要提问。

提出问题会影响我们的信念，特别是面对外界有预设的提问之时。比如在提出的问题里有计划地选择使用字眼及先后顺序，往往会被人带入预设的陷阱里，这种提问方式我们称之为“预设立场”。

1988 年总统大选，老布什提名奎尔作为竞选搭档，一家电视台便做了一项全国性的民意调查。其中有一个问题是这样的：“假设奎尔曾利用其家族的影响力，让他免去了去越南服兵役的义务，你是否仍然支持他作为副总统候选人?”这就是一个典型的预设立场问题，结果使很多受访者对奎尔的印象大打折扣，虽然事实上奎尔家族根本就没有做这样的事。其实，我们的周围有很多这种提问方式的问题，就像布满陷阱的猎场，你就会因为这些问题受伤，因而使自己消极。相反，你要尽可能去找那些能使你振奋的依据，以建立起积极的信念。

3. 问题能发掘出我们可用的资源

其实，一个好的提问可以提示我们利用更多的资源，从而开拓出更宽广的空间。福特汽车公司前总裁唐纳彼德森就是一个善于提问的人，他总是会问员工们：“你们有什么设想?”一次他就问汽车设计师杰克·特奈克：“你喜欢公司设计的哪一款汽车?”特奈克摇摇头说：“这些车型，我一点都不喜欢。”接着彼德森就向他提议说：“既然你不喜欢，你为什么不设计你喜欢的车型呢？其实你不用管高层的意见。”特奈克听见总裁这么问，自然心中感受到极大的鼓舞，于是他开始设计自己喜欢的车型，他设计出了福特雷鸟车型轿车，接着是金牛座和黑貂车型的问世。正是彼德森的一问，激发了设计师的创作热情，这让福特公司的利润一举超越了通用汽车公司。

由此我们可以看出好的提问可以激发人的潜能。其实我们每个人身上都有潜在的能量，只要你需要，随时等你去支用。这需要你改变旧的认知，用积极的问题唤醒你的能力，进而实现心中的美梦。如果你在任何事情上都能留心，秉持一种积极的提问方式，我想，没有什么是你做不到的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

人生之问

里奥·巴斯卡力是我尊敬的一位作家，他知识渊博。曾写过爱与人际关系的书，在美国相当知名。他之所以能有今日的成就，得益于其父亲的教育。每天晚饭后父亲都会问："里奥，你今天学了些什么？"里奥就会说在学校学到了什么，如果没什么可说的，他就会去翻家里的大百科全书说给父亲听，然后睡觉。这种每天都要求学习新知识的习惯，他至今仍然保留着。所以他能写出那么多充满智慧和爱的书。

其实在人生这条大河上不断漂流的时候，我们会遇到各种情况，你如果想要做得更好，改变得更加美好，你就要积极地提问自己。接下来我将要告诉你，字眼对你人生的重要性，一个字眼可以改变你的情绪，甚至人生，你相信吗？现在让我们赶快看下去吧……

大文豪马克·吐温曾说过："恰到好处的用字极具威力，用对了字眼，那电光火石之间，我们的肉体与精神都有神奇的变化。"

不知道你是否注意，当我们说话时用对了字眼就会获得人的好感，给人希望，甚至让那些消沉的人幡然醒悟；如果我们说错了话，就会招人讨厌、刺伤人心，甚至给自己带来不幸。我们回望历史，其实历史中就有很多善于用字眼的事件，用对了的字眼激励了当时的人们，决心跟随着这些伟大的人物，塑造出今天的世界。派屈克·亨利站在十三州代表前慷慨激昂地说："不自由，毋宁死。"这句话掀起了美利坚民族的独立风潮，人们誓言要推翻殖民统治，于是美利坚合众国诞生了。正是因为200多年前的《独立宣言》，给予了我们生来平等的保障，才让我们享受到现在的自由和繁荣。

在生活中也是如此，选择使用积极字眼，最能振奋我们的情绪，反之，我们就会陷入消极的情绪影响中。遗憾的是我们很少留心自己所用的字眼，以致于我们错失了很多机会。因此我要劝告你，务必重视使用字眼的重要性，其实这并不难，只要你在运用字眼时注意选择就行。

使用什么样的字眼决定什么样的人生

如何避免用错字眼，陷入消极处境？那就是丰富你的词汇，让你的表达更准确、恰当。你知道吗？《圣经》用了7000个不同的词汇；诗人约翰·密尔顿一生的著作用了12000个词汇；大戏剧家莎士比亚则用了24000个词汇，有的词汇还是他自己发明的，而且成为了今天英语的常用字眼。有语言学家研究发现，我们选用的字眼决定了我们的人生。这话似乎太过绝对，你试着观察你周围人的说话用语，就会发现语言影响着我们的思考，从而影响我们的行为。有人研究过中国人的用语，他们十分看重"安定性"，所以他们的语言，包括方言，名词比动词的使用频率更高。

字眼，代表着我们大脑里存储的记忆观点，我们有什么样的感受，脑子里就会产生什么样的字眼。当然，每个人以及每个民族的储存记忆不同，故用字眼也不同。在我们的生活中常用的字眼，却在有的民族中不存在。比如有的印第安部族就没有"撒谎"这个字眼，因为他们的行为和观念中没有撒谎；菲律宾的塔沙迪部族语言中就没有"讨厌""战争"这样的字眼，可见这些民族过着很纯真的生活。也可以说正是他们没有这

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

样的观念，没有这样的字眼，所以他们不会做出“撒谎”“讨厌”乃至“战争”的行为。

我们在生活中难免有消沉的心理，这种消极情绪的出现就像一个周期。我曾经也为此而困扰，8年前的那段日子里，我感觉到自己被消极的情绪消耗着，生活中茫然，感觉此生毫无希望。幸运的是我终于被这种痛苦逼迫着要做出改变。我明显感到自己在心理上排斥这种痛苦的情绪，我的大脑在搜寻积极的字眼来振奋我。我就这样不断用积极的字眼来激励自己，自此之后，我就不曾有过消沉的感受。

你要相信，用积极的字眼来改变情绪是简单而有效的。你现在就可以试试，你会感觉到，它正在改变你的人生。

软化那些让人痛苦的字眼

字眼，不仅对我们自己有影响，同样也会影响我们周围人的情绪。这就需要你在用语的时候选择“软化性”的字眼。比如当你准备气愤地质问他人时，你最好先在心里思考，这是否有助于问题解决，你可以委婉地用语，即以一种软化的语言来询问。

特别是当你心情不好时，你就要注意说话的字眼选择。因为很多人的不恰当字眼，导致了人际关系的破裂，更危险的是会招来对方的报复。所以，你要提防祸从口出。另一方面，我们也要拒绝那些美丽的谎言，这些绝非真诚的字眼也容易让我们步入陷阱。历史上有很多残酷的暴行就是在所谓的美丽的字眼中进行的，比如希特勒宣扬的日耳曼民族理想。

我们在使用字眼时一定要恰当、准确，因为准确的字眼能够对我们自己，也对周围的人产生某种程度的影响。一旦选用了错误的字眼，你的人际交往就会陷入困难。在美国的演艺界一些不擅长用字眼的明星经常招来麻烦事。甚至有的政坛人物因为一句话引起众怒，而匆匆下台。

字眼如同标签，这些具有确定意义的“标签”会影响我们的认知。所以我们不仅要谨慎地在自己的经历上贴上正确的标签，也要提防他人将错误的标签贴在我们身上，因为一旦被贴上了，我们的心里就会出现相应的情绪反应。我们可以用医院的一个常识来告诉你这个道理，每当医生告知患者所患疾病时，特别是那些癌症、心脏病等高危疾病的患者的病情就会开始恶化。因为这些疾病的字眼让病人内心产生恐慌，甚至因情绪低落而失去求生的希望，最终影响自己的免疫系统，导致其他的并发症而加速死亡。

如果你的职业需要你不时地和人们接触，那么正确恰当地用字对你来说就尤其重要。你要经常使用积极、正面效应的字眼，将那些使你情绪有负面反应的字眼，从你的人生字典中删去吧。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章 好情绪蕴藏巨大能量

你的生活平静如水，你的身心没有遭受任何重大打击，也没遇到让你极度兴奋的乐事，日子过得平平淡淡。也许很多人还羡慕这样的生活，但是我曾听别人说：苟且活着跟埋在地里仅有数尺之差。这句话让很多生活庸碌的人感觉刺痛，或许依然是茫然。一个世纪之前，爱默生说："多数人都是寂静地活在消沉之中。"直到现在，我们已经站在新世纪门口的时候，这句话仍然可以用来形容现在的我们。最近几年，我到世界各地举行演讲会，认识了各地各行业有成就的人，发现即便是这些表面风光的人物内心深处，也有潜藏的隐忧，他们也会遭遇情绪上的"低迷"，使自己的人生低落。

很多人都认为情绪无法控制，特别是消极的情绪，认为它就像某种生理周期，是自然的反应。我们将情绪视为大敌，认为它们是侵蚀我们心理防线的"病毒"，甚至还会被情绪冲昏了头脑，影响我们的理智，拖累理智所能发挥的力量。其实大多数时候，我们的情绪只不过是对别人所言所行的直觉反应。我们在面对情绪时总是不分好坏地一味拒绝、逃避或者否认，甚至屈服于某种消极情绪。其实我们完全可以学习和利用情绪。

要想有效利用情绪，你要在心里告诉自己："一切情绪都可以积极地运用。"然后好好学习情绪，妥当运用，让积极的情绪助推你得到更美好的人生。还要记得这句话："负面情绪，本质上都是要你拿出积极的行动。"所以这些所谓的负面情绪仅仅是"行动讯号"，下面我就告诉你掌控情绪的 6 个步骤，这些有助你解除消极情绪，走向积极的行动。

第一步：确认你真正的感受。人们总是不清楚自己的真正感受，有时候莫名的悲伤笼罩着心头，让你陷入深深的痛苦。其实只要你稍微后退，正视内心的真正感受，你就能避免自己饱受消极情绪的影响。然后你针对情绪提出一些问题，就能降低情绪的强度，以客观且较理性的态度处理问题，当然，下面就更容易解决了。

第二步：肯定情绪的功效，认清它所能给你的帮助。不要被别人的消极情绪感染，你要塑造自己的积极情绪，不要"扭曲"情绪的积极功能，更不要一味地被情绪压抑，要在情绪的推动下，走出另一片天空。

第三步：注意情绪所带来的讯息。当某种情绪来临，我们不是沉溺其中，而是寻找其带来的讯息。比如孤独感来临，说明我们需要多跟朋友联系。

第四步：要有自信。你对自己要有信心，确信你能够随时掌控自己的情绪。最简单迅捷且有效的掌控情绪的方法就是想想曾经遇到此类情绪时，自己是如何处理的。然后你可以根据目前的状况，拟出更好的方法去成功掌控情绪。

第五步：保持掌控情绪的持续性。你要确信你不但今天能掌控情绪，就是未来亦然。除了上面提到的自信，你还要记取成功的处理经验，今后可以将其发挥得更有

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

效果。

第六步：要以振奋的心情拿出行动。振奋的心情最易掌控情绪；拿出行动，说明自己有能力掌控，“动”也是走出消极情绪的灵活选择。

别忘了，处理情绪问题最好是它刚出现时，“当怪物还不大，就得处理掉”。

我们在你的心灵花园除去了消极情绪的杂草，那么，接下来我要为你提供 10 颗优良的植物种子——10 种有力的情绪。如果你每天都对它们勤加照顾，以殷切的期望注视它们，有一天必然能看见伟大的成果。这些种子蕴藏巨大的能量，能让你每天都如沐春风，使你过着积极、健康、丰富的人生。

1. 爱与温情：福克斯曾说过“只要你有足够的爱心！就可以成为全世界最有影响力的人”。爱可以融化任何消极、负面的情绪，就如大地春回，阳光消融冰雪。

2. 感恩：其实，感恩也是一种爱，而且是用爱去报答爱，我们珍惜、感谢一切的赐予、经历，即便是那些苦难的日子也值得我们感恩。在美国，我们有感恩节，感谢我们刚刚到达美洲得到的帮助。我们心存感恩，所以我们内心富足快乐，人生也充满了芬芳。

3. 好奇心：你知道吗？知识增长最快的是孩子，因为孩子的好奇心，他们对世界充满了疑问与探索的欲望。其实，只要我们保持着孩童般的好奇心，便会发现生活中到处都有美好的事物，到处都有值得我们探索、追求的美好事业。

4. 振奋与热情：19 世纪英国首相迪斯雷利曾说过：“若想成为伟人，唯一的办法是抱着热情做任何事。”我们要如何才会有热情呢？其实这在前面我们已经提到过，只需要你改变形气：讲话要有力、看事情要远、以无比的决心去追求企望的目标。不要茫然地过着日子，那样的生活乏味，人生也注定贫瘠。做任何事情若是带着振奋与热情，它就会变得多彩多姿，因为它们能把困难化为机会。热情具有伟大的力量，鼓动我们以更快的节奏迈向人生的目标。

5. 毅力：毅力是我们面对困难时的态度和行动，那些困难、失败或者诱惑向我们扑来时，我们是被打倒在地还是屹立不动。这都得看你是否有足够的毅力。毅力让我们成就大事，反之，缺了毅力，我们就注定会失败。一个人敢于冒险去攀登高峰，凭借的就是他的勇气，而勇气源于毅力。

6. 弹性：在我们的人生中，难免会出现无法控制的情况，这就需要你在制订行动或者构想计划时，保持灵活的弹性。这样留有余地的回旋，有助于你的人生长久保持成功。狂风肆掠之下，芦苇因为能弯下身，所以才能茂盛生长；而榆树一直死守着站立，最后被吹折树枝乃至树干。

7. 信心：在现实生活中，我们总是害怕去做各种事情，特别是那些没有做过的事情。甚至很多人根本还没做就已经退缩了。没有信心去做事，特别是去做没尝试过的事情，那么你就无法成为成大事、立大业的人。因为成功的人，其成功的根本原因就在其拥有的信心。

8. 快乐：我说的快乐，是发自内心的快乐，而不是仅挂在脸上的快乐。内心的快乐代表着你充满自信、对人生心怀希望，能带给周围之人同样的快乐。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

9．活力：你是否常常觉得自己的身体疲惫、精力不足，然后一切坏的情绪也随之而来。其实，一切的情绪都与你的身体状态有关。你要保持充沛的精力，保持十足的活力以及积极的心态，那么你就要学会适度休息，以补充失去的精力。

10．服务：我们是生活在社会中的动物，一个人不能够单独在自己的世界里生活。如果一个人能够做到独善其身，还能够兼济天下，这就是一个明白成功意义的人。金钱、名誉、赞誉都是虚荣，他拥有的服务精神才是无价的。如果人人都能如此，这个世界定会更加美好。

你得经常运用这 10 种有力的情绪，把那些消极情绪（行动讯号）转化为积极的行动。永远不要把痛苦的情绪当成敌人，其实它们只是在提醒你：你需要做出改变。而且你也有能力做出改变，更有力地把握自己的人生。

大多数人都知道自己要做的事情，或者是有自己的希望，可是我们缺乏行动。这是为什么呢？其根本原因在于，我们没有找到吸引我们的期望和目标。大概是现实磨去了我们的梦想，让它们变得模糊了，那么你不妨释放自己的想象力，让自己重新回到孩童时代，大胆表达出心中的梦想。只要你真心诚意，并愿意为之努力，你可以梦想成真。

伟大的目标带来积极的企图心

经常有人对我说："我的问题就在于没有目标。"其实他不明白，每个人都有目标，那就是追求快乐、避开痛苦。只是我们总是忽略自己的内心追求，茫然跟随现实，最后没有付出努力，去追求高素质的人生。

大多数人的梦想被庸碌的生活所掩盖，每个月面对的似乎都是恼人的账单，这样的人生根本谈不上什么人生规划。我们要记住，有什么样的目标就有什么样的人生。目标就像我们人生花园中的种子，如果我们不培育、打理好我们的目标，野草就会疯狂的生长，最后占据你的人生，你的人生花园也将荒芜一片。如果你想成为一个成功的人，那么此刻请仔细想想你的目标，你要订立一个远大的目标。这个目标能够催促你立即振奋、马上行动，发挥出你的潜能。那么现在就请你下定决心，给自己订出一个值得追求的目标吧！

订出超越自我的目标

将梦想转化为一个可以想见的目标，那就需要你拟订一个计划。目标引导着你人生行动的方向，也引导着你此刻的想法，而这些想法会影响你的行动。那么接下来，请订出一个超越自我的目标。

一个有足够难度的目标，才会对你有足够的吸引力，你才会愿意全心全力去完成。当你有了这样一个心动的目标之时，再加上你必然能够达成的信念，那么你就成功了一半。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

毅力是达成目标的要诀

这么多年来，从我自己的成功故事或者我看见的那些成功的人物故事里，我都可以发现毅力在成功之路上的作用。如果一个人想要成功，不只需要才华、聪明和热情，最重要的还是毅力。因为不少人在到达目标5英尺之前就放弃了努力。

其实一个人的一生就是考验我们毅力的过程，只有那些能够坚持不懈的人，才能在成功的顶峰上看到最美的风景，收获充实的人生。你要记住，毅力可以移山，也可以填海，更可以助你走出一条成功之途。

借助资源锁定系统来达成你的目标

我们的大脑中有一套资源锁定系统（Reticular Activating System，简称为RAS）。五大感官系统接收的信息传入大脑，而RAS的主要功能，就是引导我们的意识去注意跟目标有关的信息。RAS的功能强大，可以帮助我们实现目标。当我们对目标投入更多的关注，我们就会得到更多的信息，RAS就越能精确地让我们锁定意焦之所在。比如当你想要购买汽车，你就会从各个渠道打听汽车的信息，而且这些信息在你的大脑中过滤分析，然后在你的头脑中逐步接近，你所想要的那一款汽车。只要你相信自己的RAS，它便会把你带向所需要知道的方向。

最重要的一步：行动！

把梦想转化为现实，最重要的一步就是：行动。然而现实是我们订立目标时很简单，可是要用行动去实现却很艰难。我以前就有过这样的经验，刚订好目标时颇有磨刀霍霍的热劲，可是过了3个星期后就没劲了，更别提达成目标的自信，早已荡然无存。

当你确定一个目标后，然后就是拟订具体的行动计划，一定要具体，便于指导你的行动。比如你拟订一个10天持续的行动。当你能这么做时我敢向你保证，这10天小小的行动必然会形成习惯，最终把你带向成功。

运用神经科学来解释目标的作用，你的意焦投射在目标之中，你的脑子便会形成一条神经渠道，沟通你的现在和期望的未来，让你对于未来和目标有强烈地把握，从而促使你做出有效且成功的行动。所以不要坐在那里空耗时间，现在就开始动起来吧！

目标，并非终点，它只是引导我们走向终点的工具。甚至在追求目标的过程中，我们享受的是追求路途中用汗水浇灌的花朵。我们在追求某一个目标的过程中，克服困难、学会成长、拓展人生，获得充实的快乐。当我们到达成功的彼岸时，就会拥有最真切与最持久的成就感。

其实这一章最重要的讯息是：制订一个让你动心的目标，拟订一个让你行动的计划，然后用自己的行动去实践梦想。如果没有梦想，我们只能算是苟且活着的人。所以

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

动心的未来是每个人在人生中不可或缺的，我们不仅要收获成功，也要去体验付出和成长。

前不久我看到了一则报道：说美国不少人在退休后三四年里便去世了，这个统计说明如果一个人失去了生活的目标，其生存的意志很快就会被摧垮。所以你要寻找人生努力的目标，为自己的人生寻找生活的意义。

如果你已订好了要追求的目标，好好使用蕴藏在你身上的能力，拿出行动来吧，美好的人生永远属于积极行动的人。接下来让我们继续挑战未来的 10 天心理历程，我要告诉你如何排除任何妨碍你前进的心理障碍。

本书的目的是帮助你改变人生，改变旧有的不合理习惯，这些习惯可能就是你成功路上的绊脚石。我的目标就是帮助你改变自己，让你获得提高生活品质的经验和技巧。本章就主要说习惯。17 世纪的英国桂冠诗人德莱敦曾说过："我们先养出了习惯，随后习惯造出了我们。"习惯造就了现在的你我，所以如果你想要拥有截然不同的新人生，那么你首先就要改变自己的习惯，改变那些拖累你人生进程的习惯，拥有一个积极、健康的行为模式。

在这里，我将带你去实现这个转变，让你挣脱旧有的行为模式，获得新的行为模式，从而让你的人生焕发出积极的活力。这就是"10 天心理挑战"的调正计划，这需要你 10 天里严格控制自己的情绪和状态，不让消极情绪进入你的生活和内心。

首先，我要说明 10 天挑战调正过程的 4 个规定，如果你希望调正成功，那么就一定要牢牢记住这些规定。

规定一：在这 10 天时间里，你要尽量做到不让自己的心里出现消极情绪，你也要尽量不说带有消极情绪的字眼或者引喻。

规定二：当你发现自己陷入消极情绪之中时（这是难免的），你就要用我们所教的方法来解决，帮助自己将情绪转向积极或正面反应。

规定三：在这 10 天之中，你得始终把意焦放在解决办法上而非问题上。当你发现自己在为问题烦恼或生气时，你要立刻将意焦转移到如何寻求解决的办法上。

规定四：如果你发现自己经常不自觉地便会掉进消极或负面情绪的状态时，不要对自己的疏忽大为恼火，因为这无助于问题的解决。你要立即转变这种状态，是的，立即，不要等到怪物长大了到无法控制了你才处理。

我不得不说这是艰难的调正过程，因为我在第一次调正时，到了第三天我就被一件事情给惹恼火了。等我发现自己陷入消极情绪的陷阱时，我已经陷入很久了。我不得不重新开始。第二次我熬到了第六天，这一次我没有让怪物长大到我无法控制的地方，它刚刚萌芽就被我转化了，我感到由衷的喜悦，是的，这一次我坚持到了 10 天。之后，我经常用这样的方法来考验自己。到现在，不管遇到什么样的问题，我都敢接受挑战。

10 天的调正过程会让你的改变初见成效，你尝试着改变那些你早已习惯的消极情绪或者态度。如果你继续维持这种状态，这个不断重复新行为模式和积极情绪的过程，会在你的大脑里形成一个信号，这个信号会在你的神经系统形成神经链。这条神经链越来

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

越强化，最后就会成为你成功的阶梯。因为你总是积极、振奋地面对每一天。

这个挑战是一个艰难的过程，它可能不仅仅是 10 天，那些意志薄弱的人可能会不断触犯规则，不得不从头再来，可能到最后他自己也没有耐心坚持到底了。是的，这个挑战的调正过程是要帮助那些真正下定决心要调正自己神经系统的人，让他们能真正体验到成功所必须具备的情绪和态度。你是否认为自己是个意志薄弱的人？你是否要接受这 10 天的挑战呢？好好想一想，因为当你一进入这个调正过程，你就要时常注意自己情绪的反应，牢牢掌握自己的所言所行，还要将本书提到的改变方法用到你每天的生活中，直至成为你的习惯。如果你不敢进入这 10 天挑战的调正，我想不外乎是 3 个原因。

首先是懒惰。我们每个人都有自己的期望，知道自己应该做些什么事，但是有的人因为懒惰这个习惯，宁愿享受着那些短暂的“快乐”：每天坐在电视机或者电脑前，吃着垃圾食物，让自己的心灵和身体都蜷缩在那个可怜的世界里，不愿意拿出行动。

其次是畏惧。畏惧什么？畏惧失败，所以放弃了追求更好的生活品质。我们贪恋目前安稳的生活，对于那些只要我们付出努力就可以争取到的机会，鲜有人敢于冒险追求。最后他的一生就在庸庸碌碌中度过。你可千万不要有这样的人生。

最后是习惯。我们都有着自己的习惯模式，很多都是难以改变的习惯。这就好像设置了导航系统的飞机，沿着一条既定的路线飞行。习惯就是我们脑子里所设定好了的导航系统，一旦我们碰到问题时就会往里面钻，躲进习惯的保护，而不知去想办法解决。比如当我们失败时只知道难过，却不知道如何从里面汲取经验；犯了错时只知道自责，却不知道如何改进。

你要相信，10 天挑战的调正过程会给你带来改变。我可以给你列举 4 点好处：第一，它能让你敏锐地知道哪些习惯绊住你；第二，它能让你寻找建立更好的习惯；第三，它能使你在面对未来的问题时，具有更大的自信；第四，这也是最重要的一点，它帮助你养成习惯，树立新的行为模式，产生新的期待，这些将拓展你的人生，让你的人生更上一层楼。

成功是渐进的，你不要希冀 10 天的短暂调正就能帮你取得巨大的成就。这 10 天只是一个开始。我们在一点点改变那些制约我们成功的消极情绪和习惯，只要这个努力开始启动，你能持之以恒。我相信：改变能推动我们不费力地迈向成功。这如同火车的开动一样，一开始它得费比较大的力气，只见它缓缓地往前挪动，后来就会越来越快，其所费的力气就越来越小。

最后我要告诉各位的是，当你改掉旧有的情绪或行为之后，你应该找到新的来取代，除了我在本书中所告诉各位的方法外，或许你还要努力让自己成为一个勤奋的读书人，你得知道成功的人都是乐于从阅读中汲取营养的人。多年前，我的启蒙老师吉姆·罗恩便教导我，我每天必须读一些有价值、有启发性和有营养的书，这比吃饭更重要。当时他规定每天必须有半小时以上的看书时间，并且郑重地告诉我：“宁可少吃一顿饭，也千万别少看一次书。”阅读大量的书籍成就了今天的我，这得感谢我的启蒙老师，他的这番劝诫实在是给我莫大的帮助。如果你也想获得更多改变的能量，也不要忘了持续

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

且积极地读些书，相信书里的信息能大大扩展你的视野，提供你面对人生所需的各种工具。

以上就是对你个人的挑战，这个挑战也是你对自己的人生投资，你要对自己有更高的期望，而不是让别人对你有所要求。用决心和毅力来收取你未来的成就，我们都在期待着……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章　主宰人生的5个因素

我们处于一个急剧变迁的时代，我们身边每天都发生着许多事情、出现许多问题。这需要我们不断地作出决定，本书的第二部分就是要教你在处理这些问题时，如何来控制自己的主宰系统，让你随时都能作出果断、正确的决定。

人类一切的行为都受控于主宰系统，这就好像一切物理或化学现象也都受控于某些定律或法则。我们人类的主宰系统由 5 大部分组成，我们每个人对周围一切所作的诠释或反应，都由这 5 大部分来掌控。它们有如化学里的周期表，我们每种行为都可分解成最基本的成分。

我们一切思考或者算念的基础是目标，目标指引着我们在人生的分岔口作出应有的选择，以期达成追求。在此我要跟各位介绍算念形成的 5 大要素，这也是我们的主宰系统操控算念形成的 5 个要素，这 5 个要素在接下来的章节也会作详细介绍，现在我们来简单认识一下。

影响我们主宰系统的第一个要素，就是当时的心理状态及情绪。很多时候我们的算念、思考受当时的心理状态、情绪影响。比如面对同一个玩笑，有时候你会不屑地表示那仅仅是一个玩笑；可是有时候你却勃然大怒，认为这个玩笑触痛了你。何以会如此呢？不过是因为你当时的心情不同罢了。

影响我们主宰系统的第二个要素，就是对自己提出什么样的问题。我们在前面已经详细讨论了提出问题的重要性，其实提问也会影响我们的算念，而什么样的问题就能产生什么样的算念。

影响我们主宰系统的第三个要素是我们的价值观。价值观是每个人都秉持的衡量标准，不同的人有不同的价值观。比如说有的人很看重稳健保守的做事风度；而有的人却不愿意保守，更愿意主动出击。我们所秉持的各种价值观，深深地影响着我们人生的每个决定。

影响我们主宰系统的第四个要素是信念。信念会决定我们对任何事物的期望，因此也会影响我们的算念。当我们信念不足，感觉自己无法达到预期的目标，这就会影响我们的算念，从而感觉非常痛苦。所以说，信念乃是我们一切算念的根本。

影响我们主宰系统的第五个要素，就是我们脑子里储存的丰富知识及经验。在我们作决定的时候，这些经验和知识就是重要的参考。因为它们在我们的生活中起着参考的作用，所以我们也将之称为“心范”。

在此我得郑重地告诉你，每天我们都得利用时间学一些新知识，用以建立有用的价值观、增强积极的信念、提出新的问题，让自己处在全力迈向目标的方向，以得到所企望的人生。

所谓的主宰系统就是全面的改变基础，它包含了情绪、提问、价值观、信念、心范

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

等5个方面。这告诉你，如果你想实现人生真正的变化，你要从这个系统的要素进入，如改变你的情绪、增强信念、建立有用的价值观等等。有的技巧我们在本书的第一部分已经讨论过，有的技巧我们将会在下面的章节详细介绍。

每个人的主宰系统是不同的，为了测试出你的主宰系统如何运作，在此我要问你几个尖锐、敏感的问题。这有助于打开你思想的闸门，也能帮助你认识、利用自己的主宰系统，为自己更好的人生来作决定。

问题一：最值得你回忆的是什么？

问题二：若是牺牲一个无辜的人，就能拯救世界上所有人免于饥饿之苦，请问你将如何选择？请告诉我你这样选择的理由。

问题三：如果你的车撞坏了一辆昂贵的保时捷跑车，但现场并没有任何目击者，你是否会主动承担赔偿？不管你的回答是肯定或是否定，请说明原因。

问题四：如果只要你吃下一大碗的蟑螂，就可赢得一万美元奖金，你是否会试一试呢？不管你的回答是肯定的或是否定的，都请说明原因。

其实这些都是我在很多演讲会上经常问观众的问题，下面你带着自己的答案跟着我一起来解读这些问题吧。

当你回答第一个问题时，不用说，你要从你的记忆，也就是过往的经验中来挑选答案。所以这必然会运用到主宰系统中的心范。很多人都能从自己的某个重要时刻找到最值得的回忆，当然也有人认为此生美好的回忆太多；也有年轻人认为自己的美好回忆在未来，这就是需要信念和想象力了。

接下来让我们再看看第二个问题，这个问题就比较难回答，因为这里面有太多的道德、价值观的陷阱。每个人的价值观不同，所以思考的结果（或者说算念的结果）会不同，自然答案也不同。有人认为为了保全世界牺牲一个人是值得的；也有人认为人人平等，每个人的生命同样重要；还有更为意外的答案，有人说自己愿意成为这个无辜的人；还有人认为饥荒是天命，只能顺其自然。对于相同的问题每个人的反应皆不相同，其差异就在于各人所选择的5大算念要素不同。

至于第三个问题：这是考验一个人诚实的问题，当然也牵涉了价值观、信念、心范的作用。

现在来看看第四个问题：对于这个恶心大餐，最初在我的课堂上很少有人愿意，但当我不断提高奖金时，10万、100万、1000万，越来越多的人愿意尝试。当这个目标足够诱惑，人们也会愿意付出，这也考验着我们的信念、价值观，最后也影响了我们的算念。

当我们谈起主宰系统的5大算念要素时，有一点大家必须牢记心里，那就是不要过度思考算念。当你考虑分析太多，很多时机就已经错过了。

一切的算念，一切的考虑，其目的都是追求一个切实可行的行动计划。所以不要让自己的算念分得太细，这样只会使我们疲惫不堪，甚至耽误我们的行动。所以不要过分算念，要用行动去争取想要的结果。

在这里我们分析了主宰系统的5大算念要素，你将这些要素合起来看看，它们其实就在你的生活里发挥着重要作用。随后，你将有机会找出自我改变的杠杆，它能帮助你

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

作出先前所未曾想到的改变。接下来，你首先面临的就是价值观……

什么叫做价值观？当我们说到什么东西有价值，那表示它对我们有某种程度的重要性。当你喜欢某样东西，那就表示它在你的心中具有一定的分量。而价值观也就是你衡量这些事物的标准。我们在上一章已经简单说到价值观在主宰系统中的地位。在本章里我跟各位谈谈人生的价值观，因为那是你生命中最重要的一些东西。

我们的价值观对于人生具有重要影响。我们知道，我们作出什么样的决定，可能造就我们什么样的命运，而影响我们作出决定的关键因素就是个人的价值观。比如一个政界的领导人，他的价值观就是站在自己的政党利益一方拉拢更多的支持者，他在公开场合的一言一行，也必然是为了这个目的。其实你也有自己的价值观，你也按照你的价值观观照你的人生。关键是你是否知道自己的价值观，你的价值观是否值得追求？

当你知道了自己最重要的人生价值所在，那么怎么下决定就易如反掌；反之，如果你不知道什么对你是最重要的，那么你会因无法作出决定而痛苦，也可能因为没有价值追求而茫然不知所措。你观察一下成功的人，他们之所以能够果断地作出决定，并且将决定付诸实践，就是因为他们清楚地知道自己人生最重要的价值何在。

如果我们不确知自己的价值观所在，就可能像只没头苍蝇似的乱撞。那么，有的人在追求光怪陆离的物质生活，这是否是我们值得追求的人生价值呢？其实我们要扪心自问，这些物质是否能够永远让你的人生得到满足。当你真正知道自己的人生价值所在，你才会将你的潜在才能充分发挥出来。

不论你有什么样的价值观，你都要谨记：价值观是你人生的指南针，掌握着你人生的去向。每当面临抉择的关头，你都是运用自己的价值观来衡量，然后根据你的价值观作出决定，引领自己拿出必需的行动。如果你的价值观指向正面、积极、健康的方向，它就会带给你无比的力量，人生充满自信。不论处在任何状况都持乐观态度，这是许多成功人士所共有的一个特质。反之，你的“人生指南针”是消极、负面的，它将会指引着你走向挫折、失望、沮丧，甚至人生就此掉进阴暗的世界。

如果你想要获得快乐且成功的人生，那么就按照正确的价值观生活，否则你必然会吃许多苦头。而且有些错误的价值观还会影响那些意志力薄弱的人，我们经常看到那些抽烟、酗酒、好吃、吸毒、动不动便想指使人、待在电视机前过久的人，他们都是相互传染恶习的人。这些坏习惯也是因为他们欠缺正确的价值观所致，结果人生过得浑浑噩噩，最后毁了自己。

人生要过得快乐，就一定要按照自己最高的价值标准过日子，每当你能符合自己的价值观，内心就会充满欢乐。真正的快乐不是来自我们物质上的满足、生理上的享受或是生活上的无所事事，而是来自生命本身的富足。

很多人在事业上拥有一番风光，然而内心却空虚茫然；还有许多人为了追求那些光亮的物质生活，痛苦地耗费心力。归根到底，这是因为他们没有弄清楚“实质价值”和“工具价值”之间的区别，常常在那些并非真正想要的工具价值上耗费心力，因此才会遭受那么多的痛苦。你的心灵只有得到了实质价值才会有成就感，才会让你的人生更丰盛、收获更多。今天我们的社会中会有那么多的问题，最大的原因就是每个人都在钻营自己的利益追求，从而忽略了自己的真正追求。很多人就像一只苍蝇跟随着一群苍蝇般

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

乱投瞎飞。所以他们在得到了那些工具价值，比如金钱、名誉之后，却发现自己内心依然空虚，不禁感叹人生如梦。

不容否认，我们每个人都喜欢去追求能使我们快乐的事。然而只有那些能使我们真正快乐的东西，才能称其为我们应该追求的“实质价值”。因为它能激起我们“渴望去拥有”的情绪。我经常在我的演讲会上问观众，你最想要的情绪是哪些？大部分人都是回答这些，例如爱、健康、自由、成功、热情、安全、冒险、舒适等。

这些情绪都是我们人生中积极、正面，起着振奋人心作用的花朵，这些情绪让我们的心灵花园充满了阳光和温馨。事实上，在我们每个人的心中都有着不同的价值体系，所以如果我们按照自己的意愿来给上述情绪排名的话，你就会发现，每个人的排列顺序并不相同。每当你要作任何决定时，这些情绪在你心中的价值排列就会出现。比如有的人选择事业的时候，会将自由放在第一位，有的人则会选择安全或者健康，有的人更愿意尝试冒险。

千万记住，不管你所拥有的是什么价值，它们必然会影响你人生的方向。而且这些价值带来不同的情绪反应，也会带给你不同的人生感受，所以你要追求那些真正让你振奋、快乐的正面情绪。

有正面、积极的情绪就有负面、消极的情绪。我们都喜欢自己体验那些能带给我们快乐的情绪，对于那些让我们痛苦、难过的情绪则会退避三舍。在前面我曾跟各位说过，人们不仅是在追求快乐，相对地也在避开痛苦。我在演讲会上也经常问观众这样一个问题：到底有哪些情绪是你一直最想避开的呢？根据统计，下面这些情绪是我们最不愿意经历的：被拒绝、愤怒、挫折、孤独、沮丧、失败、被羞辱、不安。

那么现在，请你按照你的意愿将这些情绪排列，列出你最不想要的情绪。请问它告诉了你什么信息？我在前面说过，消极情绪是行动讯号，它们的出现都是要求你做出改变。比如孤独是你最想避开的情绪，那么你就得主动去结交朋友，让他们喜欢你，愿意与你为伍，最后你便会发现周围都是你的好朋友。

我相信很多人都遇到过价值观的冲突，而这种冲突不是指你和他人的价值观冲突，而是你自己的内心。比如我经常看到很多人投入巨大的努力去追求成功，然而却在最后的关头放弃努力。他的心里可能有两个声音在激烈地冲突，一个说：“往前冲！”可是另一个却又说：“前面只有苦头等着你吃！”这种犹豫不决就反映了价值观的冲突。

为什么一个拥有自己的价值体系的人会出现这种矛盾冲突？其内心的价值观冲突，归根到底，还是因为自己没有建立稳固的价值观体系。因而随着周遭环境的变化以及施加的压力，你就会变得没有原则和定见。如果你正受着价值观冲突的痛苦，我给你提出两个步骤的方法，可能帮助你改变这个现象：

首先，你要确定自己心中冲突的价值观是什么，特别是什么消极价值观阻碍了你的前进。这样你才能清楚自己为何会有目前这种行为模式。

其次，你就是要作出最后的选择，选择你是退出还是继续。当然这得看你打算过什么样的人生，然后才能确定追求这种人生所应持有的价值。最后就是全心全意地按照这些价值的标准生活。

在很多演讲会上，我都会提到我的价值观，我也在本书中多次提及。我之所以做目

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

前这个工作，是希望人们的心灵得到自由、生活品质得到提升。这样我才觉得自己对这个社会有所奉献，特别是从我的观众、读者那里得到了肯定的回应。这样我就会迸发出更多的潜能，去做更多的事情；这样我也能不断成长，也会有成就；而如何让自己保有健康和发挥创造力，更是我人生乐趣的动力所在。就是因为知道这些价值，所以这些年我始终一致地按照这些价值生活，它们也确实丰富了我的人生。

你要相信，改变你的价值观就能改变你的人生。价值观是能塑造你人生命运的力量，你要把它当成礼物送给自己，而且要用心练习这些改变的方法。如果你懂得了改变和利用自己的价值观，你若要真正快乐的成功，你就跟随着我进入心则与心范的改变……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第七章　心则和心范

这个夏天，我和我的家人来到夏威夷，也正是我写作此书的时候，我站在酒店房间里正往窗外望着深邃蔚蓝的太平洋。我和许多人来这里的目的一样，都是为了这百年一遇的天文奇观——日全食。日全食将要到来的那个早晨，大家都挤在最佳的观景点上，有的是带着妻儿的全家出游、有的是来此浪漫消夏的情侣，还有带着望远镜的天文爱好者、有的是在火山口扎营的旅行者。他们来自世界各地，花了好几千美元，为的只是感受不过 4 分钟的短暂天黑。也许有人要问：花这么多钱来到千里迢迢之外，为的只是找一块“有短暂阴影”的土地，这是否值得?

然而那天天公不作美，多云的天气挡住了这种天文奇观的效果，最后只是陷入短暂的黑夜，感觉太阳被淹没了。很多人失望不已，但是也有人感到很高兴。为什么会出现这样的差别?这就是不同的人拥有不同的心理期望，或者说是心则，这就决定了他们会有不同的情绪反应和认知结果。也就是不同的心则，决定了每个人不同的反应。

在继续讨论心则的重要性之前，让我问你一个问题：“什么能让你感到快乐?”有的人会觉得金钱很重要，有的人不惜金钱来看天文奇观。如果你的心则并没有认定什么叫做快乐，那么你就永远得不到快乐。我们生存的世界和人生都处于变化之中，我们只有依靠自己的心则，才能去适应人生、去享受人生并从中得到成长。

你的心则在帮助你，还是在阻碍你?我们每个人都会给自己或者别人订立心则，这会促使我们督促自己拿出行动，坚持到底，得到最后的成功和快乐。但是有的时候，心则却是限制我们的能力发挥的不利因素。比如很多年轻的情侣，总是订立一些不可能做到的心则，譬如说，他们给“相爱”订下的是：如果你爱我，你会愿意为我做任何事。这就是不合理的心则，甚至只会取得欺骗性的答案或者让自己受伤的结果。

你是不是也有一些不合理的心则呢?那如何来确定你内心的心则是在帮助你，还是在阻碍你?下面有 3 个标准可以帮你判断、确认：

首先，仔细思考，这个心则你能否做到。如果你无法做到，那么它就只能阻碍你，让你痛苦。所以你的心则必须避免不切实际、不近情理、没有定向，这可能会导致你无法达成人生的目标。

其次，你对这个心则是否有把握。如果它让你对达成目标毫无把握，那么它也是一个阻碍你的心则。不过，有的心则是我们无法掌握的，比如对方的反应，或者是天气的情况。所以我们在设定自己的心则时，应该适当地预想可能面临的不可控情况。这就是我们应该持有的合理心则。就像上面提到的日全食，我们明明知道这天气无法掌握，而你却抱着满腔希望想见到日食，事实只能让你的心则落空，让你失望。

最后，衡量这个心则给你带来快乐还是痛苦。如果这个心则让你承受的是更多的痛苦，那么它就是个阻碍你的心则。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

接下来，你要改变阻碍你的心则。人们经常在自己的成功路上感觉失意、受挫，很大程度上与我们的心则有关。当过高的心理期望压迫着我们时，我们就会出现痛苦的心理或者情绪。我们在与他人交往时，出现冲突，很大一部分的原因就在于此。事实上，因为信念或者心则的冲突和矛盾，造成了许多内心的或者是人际的问题及争执。就以夫妻感情为例，很多微不足道的小事，经常引发两个人的口角，最后影响两人的感情，让彼此遭受伤害。要想化解这种现象的最好方法，就是建立促进人际感情为目标的心则。

上面说到过，人际关系的冲突可能是心则的不合。如果你想跟他人建立感情，你要做的就是让对方知道你处事的心则（或是观点），同时也尽量去了解他们的心则。当你这样去做了，你会觉得你们的所做越来越合拍，这也将使你的前行之路更加轻松。

友谊是我们生活和事业的必须，我给友谊下了一个简单的定义：你要无条件爱你的朋友，要尽力去帮助朋友。如果你的朋友遇上了麻烦，从而有求于你，你要立即伸出援手；如果你们是感情深厚的朋友，你不会觉得长时间未联络，会减淡你们之间的友谊。我就是凭着这样的认识去结交朋友，而且这些朋友在我的事业和生活中都对我帮助颇多，当然我也会尽力帮助我的朋友。

记住，把你的心则告诉对方很重要，不论对方是你的伴侣、伙伴还是朋友。你都要拿出足够的诚意，告诉你的心则，也许这些心则是关于爱、友谊或是事业。因为坦诚相告，可以避免今后发生很多冲突，当然冲突很多时候是不可避免的，但是你只要以这种坦诚的态度，就会帮助你解决这些问题。为了避免这种误会的发生，你要学会沟通，而且是积极、经常的沟通，千万不要凭借自己的主观臆想来揣度别人的心则。

这里，我和大家分享一下我追求的价值及心则：

第一，健康与活力：任何时候我都要觉得身心均衡、精神集中、活力充沛；任何时候我都要做那些能增强自己体力、耐力及脑力的工作；任何时候所做的事都得有助于身体的健康；我得尽量吃含丰富水分的食物，并且按照自己的健康理念生活。

第二，爱人与谦和：任何时候我都得对朋友、家人或陌生人谦和；任何时候我都得注意有没有我能帮助别人的地方；任何时候我都要努力去爱自己；任何时候我都要设法提高别人对我的观感。

第三，学习与成长：任何时候我都要学习一些新的有用事物；任何时候我都要尽量拓展自我的能力；任何时候我都要比先前更老练；任何时候我都要把所知道的用在积极的层面。

第四，成就：任何时候我都要谨记所订的目标；任何时候我都要设法把所订的目标付诸实践；任何时候我都要努力学习，为自己或别人创造出价值。

下面请你做一个练习，这个练习可以帮助你确定正确的心则。你务必要将你的答案尽可能写得周全，这将有助于你心则的正确制订。

问题一：你觉得怎么样才会觉得自己成功了？

问题二：在你和伴侣、孩子、父母或者朋友相处时，你怎样才会觉得有爱？

问题三：你怎样才会觉得自信？

问题四：你如何才算是在各方面都表现优秀？

当你在回答这些问题的时候，你就已经开始在心里设立心理期望，也就是心则。当

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

你在制订心则时，你一定要保持轻松的心情，帮你延伸自己的想象力和希望空间。如果你曾因订过不当的心则而遭遇不快，那么此时，你可以大笑三声，重新订立你的心则，这对你会有莫大的帮助。

如果你的心则改变产生了作用，你也不妨将这种方法推荐给周围的人，伴侣、孩子或者朋友。再次强调，你除了明白自己的心则之外，你也得去发掘周遭人的心则，千万不要主观臆测，而且要以轻松的心情。

我们在前面已经探讨了主宰系统的几大算念要素。我们了解到了情绪状态的重要，明白了如何提问来引导我们的意焦和算念，知道了价值观和心则对我们人生的影响，那现在让我们继续了解下一个重要的元素——心范。

乔治·布什在二战期间是一位历经生死考验的英雄，他曾在轰炸南太平洋的一个日军基地时险遭俘虏。这些经历极大影响了后来的他，这些经历——我们称为心范，让他构建了自己的价值观和信念，让他在 40 年后成为了美国总统。

一个曾历经数次大风大浪而安然度过的人，所拥有的克服逆境的心范无疑会使他有很强的信心，敢于面对日后人生更大的挑战。而心范就是构成我们主宰系统的第五大要素，也是建构我们信念、心则和价值体系不可少的“砖块”。如果我们没有它，就无法构建一个完整的主宰系统。我们的主宰系统少了它就没有意义。

什么是心范？我们在前面已经简单提及过心范，它就是我们的经验和知识的结晶。我们拥有的超级机器——大脑能够储存海量的信息，这些信息从视觉、听觉、嗅觉、触觉等各个感官系统汇聚而来，甚至我们想象的内容也被作为一种记忆保存。这就像一个庞大的档案柜。当我们需要作决定或者计划的时候，我们的大脑会迅速地从我们的心范中找到参考依据。这些海量的经验和我们每天都在汲取的营养——知识，构成了心范。但是我们必须明白，我们所谓的心范，并不是数据的原始采录，我们的大脑进行了加工，甚至是扭曲。比如有的并非是你的亲身经历，而是从别人那里听来的或从别处看到的，你的大脑加入了自己的想象补充，有种自己亲身经历的错觉。心范就跟经验一样，当储存在脑神经系统里时，多多少少会有些被扭曲、增减，亦即并非它的真貌。

心范也是支撑信念的重要支柱，甚至可以说，我们的心范萌发了我们的信念。我们的信念都是从经历的生活或者学到的知识中升华而出。而这些心范支持自己的信念。既然心范是构成信念所不可少的“砖块”，那我们就应该不断扩大自己的心范，使自己的能力及人生都朝积极的方向推进。

如果我们的人生是无数个人经历织成的一大块布匹，那心范就是透过个人主宰系统——包括情绪状态、提问、价值体系及信念，所裁剪出来的各种花样。这些心范无论是好是坏，都会影响我们人生中所作的各种决定。只要你生活在这个世界上，你就在不断地经历，不断地编织人生这块大布匹。其实，心范还与智慧直接关联，你的心范所裁剪的花样越多样，就说明你的经历丰富、知识深厚，你可以用这些美丽的花样布匹裁成一片窗帘，或是裁成一张魔毯好带你遨游蓝天。

我们说过，不仅是个人的生活经验能够构成心范，你的想象内容也会被脑海储存，成为心范的一部分。你还记得罗杰·班尼斯特 4 分钟跑完一英里的事迹吗？他就是运用想象的方式，在脑海里浮现自己 4 分钟跑完一英里的画面。当然，这些想象不是空中楼

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

阁，它从现实中升华而来。不过，这也增强了班尼斯特的自信和打破纪录的信念，直到他确信自己能够成功。我们千万不可忘记这一点：人类的想象力可以帮助我们体验无法达到的时空。

我们的经验，也可以说是心范为我们的行动提供了参考。那么，是否我们所有的想法和行动都要受制于此。我的答案是否定的，爱迪生的故事就能说明这个道理。当时很多人都认为发明电灯的想法很荒谬，这是从我们的人类经验中得来的，只有太阳和火才能给我们光明。但是爱迪生在面对失败的可能时，信念能使他坚持下去。我们很幸运，就因为他的坚持，在几千次失败之后依然的坚持，他为我们的世界带来了稳定的光明。所以，朋友，请不要把过去的经验当成后视镜，来轻易否定我们的想法，也不要完全依仗它来指引人生，而是要从其中学习、突破，让自己能维持积极振奋的精神。

我给你一个好的建议：读书能滋养心灵、扩大心范。

心范的另一个重要组成是知识，知识其实也是一种经验，它是经验的结晶。个人的经历本来就很渺小，如果我们能够涉猎古今各国的名著，我们就能够超越时空的限制，将这些宝贵的经验和知识收入我们的大脑，形成我们的心范。我曾经还花大量时间阅读、研究了伟人们的传记，发现他们创造伟业的背景和条件，以及他们奋斗的故事，这些都是伟大的经验，于是我从他们身上撷取他们的心范，针对我自己想要的人生，建构出自己的中心信念。

此外，阅读名著所带给你最大的好处，是你跟随着作者的描述和想象，从中去思考，随之便经历了奇妙的时刻。你可以跟随着莎士比亚的步伐去穿过阿登（Arden）森林；你从史蒂文生那里，看到沉船和金银岛的画面；甚至你也有一把椅子坐在华顿湖旁，和梭罗聆听大自然的声音。你开始像他们一样地思索、一样地感受、一样地去想象，他们书中的经历和知识成为你的心范，甚至本书也成为你的心范来源，这就是阅读的力量。同样的，一部好电影，一首好的音乐，也具有这种力量。正因为如此，我们有很多方式来不断地拓展自己的心范。

当然，你还可以参照其他人来审度自己的人生。很多时候，我们需要成功的人物来指引我们的前进。你可以聆听一位伟人的精神讲话，看他是如何能够无视别人的冷嘲热讽，而用自己的努力来证明自己的伟大之处；你也可以去了解成功的理财人士或者企业家，看看他们是如何累积惊人的财富。

不管我们的生命中有多少经验，我们都必须用积极的方式去汲取知识和经验，重要的是必须主动，去扩大我们的心范。我之所以能有今天，乃是基于拥有丰富的心范，这是因为我不断通过上面的方法获得的每天不曾间断地拓展自己的心范。虽然我目前才31岁，但是我却汲取了人类数百年的经验和知识。

此外，你还可以尝试新事物，拓展自己的心范。旅行，也是一个很好的认知方式，特别是走出你的小世界，去外面广阔的世界里遨游时，你会感到一个“我”的充实和成长。比如去探索一些你先前未曾有过的地方，潜水看看海底的世界，认识千门百种的水族；去异国他乡，或许你可以去接触其他民族的文化，从他们的角度来看这个世界；或许你可以去斐济群岛玩一趟，加入土著一同庆祝他们的节日。如果你觉得象牙塔中有着更为广阔的知识海洋，你可以去继续学习那些你感兴趣的知识。不管是生物学、生理

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

学、社会学、经济学还是管理学，这能使你对人体构造或文化变迁有更多的认识。

为了拓展心范，我做了许多尝试，其中充满了刺激和启发。我曾经学习过跆拳道，我发现它能有效控制情绪状态，在跟一位跆拳道大师学了 8 个月之后，我不但系上了黑带，同时也学会了如何凝聚注意力。这让我领悟了一个道理，如果我在跆拳道这方面经由严苛训练而能迅速有成，那么这个心范就可扩散到其他各方面。只要我付出专注的努力，我也可以在其他领域获得成就，事实证明的确如此。

记住，我们要努力地去学习、去经历，才会扩展我们的心范，才会更好地塑造出我们的人生，才会享受到成功的那一刻。因此我们必须去追求、去创造这样的一刻，这样人生才有意义。

现在我们已经学会了能力释放的方法、主宰系统的影响因素，那么我们接下来就要通过一个挑战来测验你的掌握程度。这是一项长达 7 天的挑战，每天我会给你一项小小的练习，让你运用到前面所学的。这是一个让你验证所学到的方法是否有效的机会。现在就让我们展开塑造你人生的 7 天……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第八章 塑造成功人生的7天挑战（上）

第一天，掌控情绪：走向成功的第一步。

你的目标：控制你的情绪反应，将你生活遇到的所有问题，转变为积极的人生经验，让它们给你带来正面、积极的情绪效果。

如果你想成为一个成功的人，那么首先你要在控制自己的情绪方面获得成功。在我们的词典中，用以形容各种情绪的词竟有3000个之多。可是我们大多数人在一星期里能体验到的情绪在15个以内。其实这就是说我们被自己的情绪所控，没有真正了解和运用到更多正面、积极的情绪，从而限制了我们的意焦和形气。

我们曾在本书探讨了多种掌控情绪的方法，你现在熟练掌握的有几种呢？比如形气、信念、意焦、期望的未来、提出问题、价值观、次感元、心则、心范以及自我认定等。今天你就是要通过上述方法来控制自己的情绪，让自己保持着快乐、健康的情绪。

今天这个练习的目的，是让你清楚自己目前的情绪状态，然后运用上述技巧来改变阻碍你成功的消极情绪。只要你用心去运用这些方法，你能感受到带给你的变化，保证可以每天都过得很愉快。

今日作业：

1. 记录在最近一周经历的各种情绪。
2. 记录影响你情绪反应的事情或者状况。
3. 记录下你最近遭遇的消极情绪，运用你熟悉的改变技巧，看自己是否能够顺利解决。

今天的主要任务是控制情绪，是的，抛掉那些阻碍你的消极情绪，运用你熟悉的改变方法，代之以能使你振奋的正面情绪，让改变后的积极成为习惯。如果你在第一天顺利控制了情绪，你就在成功之路上迈出了第一步，明天我们就可以从你的情绪到你的健康了……

第二天，身心健康：走向成功人生的基础。

你的目标：在昨天你已经学会了情绪的掌控，接下来，你要锻炼你的身体，特别是进行健康而持续的有氧运动。你要锻炼肢体和调整新陈代谢，让你的身体健壮，精力充沛。

我们说到的健康运动，并不是要你将身体锻炼成健美教练那样大块的肌肉，而是身体处于健康的状态。很多人虽然也参加锻炼，但是依然没产生6块腹肌，失望之下，他们腹部的赘肉又开始生长了；更糟糕的是那些不断在大量运动的人，本来是为了追求更健康，最后却发现自己满心疲惫、肌肉拉伤，甚至脾气也开始变得暴躁了。因为这两种人都没有认识到健康和壮硕的区别。

到底健康与壮硕之间的差别是什么呢？其实，壮硕指“能从事体育运动比赛的体

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

能”；而健康则是指“人体各个部分（包括神经、肌肉、骨骼、消化、淋巴、内分泌等系统）以及心理都处在良好的状态”。大多数人都认为只要身体壮硕，那身体就肯定健康。其实这是一种误解。很多身体壮硕的体育运动员由于激烈的比赛而导致身体受伤，这就不是健康。一个人很难能够同时兼有健康和壮硕，所以，如果你不是参加竞技体育的运动员，你就一定得把健康放在第一位。因为健康是保证你一生都能平安的基本。如果你为了体格健壮，结果却损害了自己的健康，有的伤害可能会让你终身受苦。

作为一个普通的人，适当的运动很有必要。我们知道，氧气是我们生命的必需。每天我们大约要吸进 2500 加仑的空气，用以支应体内各个组织所需的氧气。如果我们身体里的细胞欠缺氧气，就会衰弱乃至死亡。如果你具有很强的呼吸量，或者说是肺活量，它就能让更多的氧气支持你的体力和精力。所以你在每天锻炼时，最好选择有氧运动。这是增强你有氧能力的好方法。

首先，你可以去专门的体育用品店，购买一个简便的心跳测量计。带着这个测量计，慢慢地暖身，让自己的身体逐渐到达最佳的有氧状态。

其次，你要保证每次的有氧训练运动都在半小时以上，这样你才会达到锻炼效果。不要花费太长时间，因为这项练习，关键在于你的长期坚持。

最后，当你完成了这个练习，你需要花 12—15 分钟来冷却身体，比如你可以慢慢走动，做些温和的动作，让自己的心跳恢复正常。如果你有氧运动之后突然停止，血液大部分会留存在运动的肌肉当中，无法及时地回到全身进行正常的循环。这样就可能无法正常供应氧气、运送养分和排放废物，最后会使血液里的毒性增加。

很多人都懒于运动，特别是在这个忙碌的时代，人们总是说自己没有时间，或者觉得运动之后肌肉酸痛，要好几天才能恢复。其实只要我们从事简单的有氧运动，就能达到健康的目的。你可以按照我上面所说的方法去做，你会发现有两个好处：其一，你每天只需要花费不多的时间就能获得愉悦的锻炼效果；其二，这种锻炼的持续，会让你感受到从未有过的活力。

你可能要问：有氧运动难道是我们唯一的运动方式吗？当然不是，如果你能达到健康和壮硕兼得是最好的，即便我们不追求壮硕，但是我们也要追求体力和耐力。各位都不要忘了，无氧运动才会大量消耗你的体力，考验你的耐力。当你在运用有氧运动锻炼自己的身体时，大概在三四个月后，你就会明显感到，遇上了瓶颈而无法突破。这时你不妨增加一些无氧运动来增强体力，例如重量训练。但是增加的量和进程，根据你的体质及体能来确定。比如当你在海滩上慢跑时，突然有快跑冲刺的想法，那么你就快速奔跑吧！要学着认识自己的身体，随时注意它的发展，有了健康的身体和充沛的精力，你才能发挥出最佳能力去面对各种各样的挑战。

和你生活中的其他习惯一样，运动也能让你将其纳入生活，成为你人生的一种习惯，而且这种习惯是一个健康、积极的习惯。最开始你可能会觉得这种运动很无聊，可是当你坚持一段时间后（你在运动时不妨听听音乐或者收听新闻），你就可能会迷上了它。有研究发现，一个人若能持续从事某项运动一年以上，那么这极可能成为终身喜欢的嗜好。即便今后中间停顿了一段时间，也可以随时继续下去。我们会因为身体的健康而心理健康，感到快乐，我们的能力也会因为健康而发挥得淋漓尽致。可以说，身体的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

活力改变了人生的品质。

今日作业：

1. 学会区别身体的健康与壮硕。

2. 要下决心成为健康的人。

3. 了解自己的身体状况，看你以前从事的运动是有氧还是无氧，你运动是为了减肥还是健康？

4. 购买一个简便的心跳测量计，这是一项极为划算的健康投资。

5. 拟订一个有氧运动训练计划，一定要坚持这种训练，你才会感受到身体正在调整新陈代谢、燃烧脂肪。你的身体也会产生充足的活力，那么现在就开始吧。

6. 将运动锻炼成为自己的习惯，这样可以让你长期保持精力旺盛。因为精力旺盛是通往卓越的动力。

7. 有氧运动之后，用无氧运动突破自己的体力和耐力。经过长期的运动，你能够收获生命给予你的丰富果实。

第三天，重视亲密关系：成功的人生懂得分享与关怀。

你的目标：重视你的人际关系，培养你个人的亲和度，运用 6 项拉近人际关系的基本法则，来帮助你增强人脉关系，加深与亲近的人的感情联系。

我们无法成为孤立的人，不管是我们在奋斗路上，有人与我们并肩作战，有人鼓励我们奋勇前行；还是在我们取得成功之时，有人来同我们一起分享快乐。如果我们以一己之力，不可能取得成功，我们也不是独孤者，所以我们最渴望的就是能与他人的心灵交会。你要明白，拥有亲密而正常的人际关系，对你的重要性。它能影响你的人格塑造、价值体系、信念及人生品质。今天这个练习的设计，就是为了你拥有良好的人际关系。现在我告诉你关于亲密关系的 6 项重点。

第一，你要了解你亲近之人的价值体系和心则。知己知彼，才能找到融合的切入点，才能帮助你找到亲近人的途径。如果你与他人有僵化的关系，你也可以通过了解心则和价值体系来找到解决的办法，你要相信人可以融洽相处。我们也明白，越亲密的关系越容易产生摩擦、引发冲突，其实如果你明白对方的心则，你就能避开冲突与不快的发生。

第二，亲密关系最大的隐忧，在于你只想从对方那里获得，而不知道付出。其实你想要获得持久的关系，你就要学会：与人交往，是一个有“舍”有“得”的过程。

第三，要想使亲密关系更亲密，就得寻求共同的追求。人生有了契合点，才会更加亲密，这就像数学中的集合，当两者的相交之处越多，其亲密的可能性就越多。同时你要注意亲密关系中的警告讯号，让问题在萌芽阶段被处理。以免问题像气球一样越来越大，最后严重到破裂、分手。

第四，将你的另一半置于你今天生活的首要位置。不要让双方的关系冷却，否则感情就会随之慢慢冷淡下来，乃至于消失殆尽。更不要因为双方已经很熟悉了，就疏忽了对方的热情。

第五，不要轻易结束关系。一旦你出现想要结束亲密关系的念头，你就会在实际生活里渐渐疏远对方。这是维系亲密关系的大忌。你要充满信心，相信你们一天要比一天

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

好。不仅你要这样积极思考，还要让这种积极的情绪影响对方，让其受到感染。

第六，回忆美好的过往，憧憬未来的前途是拉近亲密关系的好方法。如果是恋人，你应时常回忆你们相爱的地方，加强相互厮守的念头，时时更新这种相亲相爱的感觉。你要对你的伴侣给予未来的希望，你可以这样说："我多么有幸，能够与你共度一生。"

今日作业：

1. 今天你要和你的伴侣进行一次深入的谈话，找出彼此觉得最重要的事，关心双方最高的价值是什么？如何实现这个价值？

2. 不要与对方争论，相亲相爱更为重要。如果发现你在坚持己见时，要提醒自己马上停下来，当你心情平静，你才能和对方继续讨论。

3. 安排定期的晚间约会，最好是每周一次，不要隔太久，而且要以罗曼蒂克且愉悦的方式给对方一个惊喜。

4. 每天给自己爱的人一次深长的拥吻，至少3分钟。

这只是今天的作业而已，如果你付诸实践，你就会收到美好的回报。当然，如果你想让这种亲密美好持续，那你还需要进入下一章……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第九章　塑造成功人生的 7 天挑战（下）

第四天，致富之路：通往大小财富的阶梯。

你的目标：掌握致富的 5 个道理，真正明白如何理财致富。

如果稍有点经济学常识，我们就明白，所谓的金钱仅仅是一种交换的介质。这个介质方便我们的价值交换，这样我们的财富也方便进行移转和分享。金钱的出现，让物物交换成为历史，这种简洁的交换方式推进了人类的发展，让我们能够专注于自己的专长领域，而不必操心是否有人来以物易物。金钱的产生也衍生出了资本、金融等行业，这让财富神话更容易产生，当然，财富的噩梦也更容易发生，只要我们想想那些金融危机便可知道。

作为这个资本世界上生存的你，如果要想拥有恒久的财富，就必须懂得以下 5 个基本道理：

第一，要想致富，首先你得知道怎样创造财富。创造财富的关键在于创造更多的价值，价值就是这个商品社会所需要的，比如你有更先进的技术、更出众的能力、更专业的知识，甚至你能组建更优秀的团队。这样你就拥有了价值，也就有了创造价值、财富的条件，你就有可能赚得更多的钱。

第二，要想致富，你得知道怎样维持财富。我们肯定都听说过，有人突然发财了，可是不久又变成了穷光蛋。为什么？因为他不懂得怎么控制自己的支出。保值最基本的道理就是不要让你的支出超过收入，否则你就会制造债务，反而欠下了财富。

第三，要想致富，你得知道怎样增加财富。我们都知道，有一定资本后，要让这些资本生钱，继续增值，那我们就必须多方寻找安全的投资。记住，不要将你的所用家当都拿来投资，最好是用赚到的钱再用来投资，这就是我们常说的复利法。

第四，要想致富，你得知道怎样安全保护财富。今天，很多有钱人都没有安全感，甚至比没有钱时更没安全感，他们每天都处于惶恐之中，害怕遭受非法的财产损失。安全保护财产，每个国家的银行都有为这些富人们专门开辟的贵宾服务，不仅为你提供存储业务，也为你提供投资咨询和建议。你实在不相信银行，也有保险箱这种司空见惯的保险措施。

第五，要想致富，你就得懂得享用财富。很多人在没钱的时候拼命追求财富，等自己拥有了财富之后，却觉得内心空虚。为什么？这是因为你之前一直都在为钱奔波，甚至将金钱当成了人生的目的。你要明白，金钱只是一种介质，只是手段。如果你将金钱用于造福我们身边的人，服务于社会中需要帮助的人，你就会体会到人生的最大快乐。我说过，最好的人生是独善其身和兼济天下都能够做到的人生。如果你守着一堆金钱虚度生命，你的人生也不会有什么价值。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

此外，有的人盲目追求财富，多少财富都无法填满他的欲望，他的目标就是拥有更多。其实他不明白真正的富足，真正的富足是发自内心感受的富足。我们没必要为富裕设定一个数额，因为只要你觉得自己内心满足，你就是富足的人。我们不必成为什么都拥有的人，你想想看，我们不能绘画，但是却能看到伟大的作品；我们不会作曲，却能听到动人的音乐；我们不用走出多远，就能感到大自然给我们的赐予。所以一个富裕的人，是一个内心富足的人，也是一个会享受生活、抱着感恩之心报答社会的人。

让我简单地以大诗人惠特曼的这句话作为本章的结束："行善和充实自我乃是人生最好的投资。"

今日作业：

1. 审视一下自己的信念，看看有没有什么消极的信念，如果有，请立即运用调正技巧去改变。

2. 在你的本职工作中，你还要不断让自己的个人价值得到提升，比如你的工作能力、领导能力、协作能力。你不要计较这会给你带来实际的报酬，它总会有一天让你收获成功，只要你努力去做了。

3. 从你的薪水中至少抽取 10%，用于你的投资计划。

4. 找个好的理财顾问，请他为你拟出安全可靠的投资理财计划。你最好也要学习理财的知识，去书店找几本理财书籍并不困难，这样有助你作出聪明而周详的投资决定。

5. 如果担心会遭遇投资的失败，你就要准备应对风险的方案。

6. 记得时刻奖励自己，赚钱不是什么苦差，你要享受赚钱的过程，也要小小地奖励奋斗的自己。

第五天，完美无瑕：你的行为信条。

你的目标：依据你的人生信条生活，你的人生信条就是你的价值体系。同时你还要评估你今天所做的事情，是否达到了你所订的价值目标。

我们很多人都知道富兰克林的人生信条。我也是在《富兰克林自传》中看到这 13 条信条，他曾经用一年的时间不断实践这些原则，最后成就了他伟人的丰碑。我在学习富兰克林人生信条中受益匪浅。在这里，我要给大家介绍的是另一个人的人生信条。

约翰·伍登是著名的加州大学洛杉矶分校篮球队教练。他 12 岁小学毕业，他的父亲给他了 7 条"丰富人生"的人生信条。正是这些看似普通的信条，帮助伍登在日后的人生及事业上取得了应有的成绩。这些信条伴随着他的成功，即便他现在是篮球界的大明星。

约翰·伍登"丰富人生"的 7 个信条：

一是对自己诚实，也对他人诚实。

二是认真地过好每一天。

三是尽你所能帮助他人。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

四是深入阅读每本好书。

五是珍惜友谊。

六是要作长远考虑，未雨绸缪。

七是寻求上帝的指引，献上你每天的感谢。

今日作业：

1. 列出一张希望每天体验到的情绪状态表，这些情绪都符合你自己的原则和价值。

2. 当你完成了这张情绪状态表之后，在每项后面写下如何才能做到。

3. 随时确定自己的所作所为是否符合人生信条，将你的人生信条写在小纸片上，放在皮夹中、抽屉里或枕头下。有空便拿出来看一看，同时问问自己是否已经做到。

同时，我要提醒你，你要给自己订立一个更高标准的人生信条。因为只有这样，你才会努力去做好，才能把你身上潜藏的特质呈现出来。也就是给自己适当的压力，让自己的好品质得以体现。别忘了，你的个性和自我认定是基于每天所做的各样小事及偶尔的大事，你要真正发挥自己的潜藏能力，那么就继续下一步……

第六天，善于利用你的时间，充实生命。

你的目标：合理利用时间充实自己，而不是在时间里茫然，碌碌无为。

当我们的意焦被卡在某个时间，我们的心理就会承受极大的压力。比如一个人对未来悲观，他的意焦就被锁定在悲观的未来，而忽略了现在。你若想帮助他，就可以让他把意焦转到他能控制的现在。其实我们的意焦不仅会被卡在某个时间里，也会被卡在某项任务，某个事件里。如某个人被分派一项任务，但此前他有过失败的经历，他就会对此耿耿于怀，觉得压力很大，如果他将意焦转移到吸取教训、寻求成功的办法上来，他的情绪就能够改观。人的情绪是个很有意思的东西，它受我们意焦以及意焦所在的时间影响。

时间，特别是每个人的感觉时间，会对我们的心理产生影响。这是因为我们的意焦影响了我们的情绪。对于感觉时间，我们常常有错觉，比如你在长长的队伍里排队买票，你就会觉得时间过得缓慢，受煎熬；而有时候和自己心爱的人在一起，即便是两三个小时，你也会感叹时间过得太快。这就是意焦所在的时间影响。信念也会影响我们对时间的认知，比如时间观念强的人会争分夺秒的学习、做事；而对另外的人来说，他们觉得时间无所谓，30 分钟和一年没有区别。有时候我们从人们走路的方式、说话以及追求的目标，就可以看出其时间观的不同。由此可见，如何正确地利用时间，在一定时间内有效的实现目标，才是人生应该学习的技巧。你若能够灵活地调整自己的时间观，那么就越能妥善取用人生的经验。

上面我们提到了通过转变意焦，改变感觉时间或者时间观的方法。很多时候，我们需要在一定的时间段里，完成几项任务，那么我们就要分辨任务的重要性和急迫性。

我们在作决定或者选择行动时，都会考虑到时间的紧迫性和事情的重要性。特别是对于时间的考虑，需要我们在紧迫的时间里做重要的事情，这对我们的人生具有深远的影响，它会影响到个人的成就。所以改变时间观最重要的就是改变你的选择——做对你

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

重要的事情。何以我要这么说呢？也许你是忙忙碌碌的上班一族，你每天甚至加班熬夜把自己的工作处理好了，每件事情都做完了。然而当你总结这一天时，却没什么成就感？那是因为你当时所做的虽都是紧迫的，可是没有一件是重要的。如果你长期重复着这种生活，就必然会淹没在时间里。相反地，有时候你仅在一天内做了一点点事，却感到很有成就感。那是因为你做的虽然不是很紧迫的，可却是很重要的。我们总感觉自己的生活不是自己能够主宰的，我们总是被紧迫的事所缠，每当我们在做一件重要的事情时，电话铃声响了，我们不得不去接听。善于利用时间的人，总是很有计划地安排自己的日程，因为他们会把重要的事情，安排在恰当的时间里完成。

还有一种节约时间的方法，那就是向成功的人学习，汲取他们的经验。在我们人生中的学习和成长，如果想依靠自己的努力来摸索，这需要花费很多的时间。如果你向那些成功的人学习，就可以少走弯路，让你以更快的速度去实现自己的目标。你知道吗？我就是听取了那些成功的先行者的建议，不断在有限的时间里充实自己，所以我拼命地看书、听录音带及参加研讨会，这些在我心里一直认为是增长智慧必需的，不可以轻易错过。这些成功之人多年累积的宝贵经验，我也衷心希望你，尽可能多地去学习别人的经验，并把它们用在自己的人生之中。

今日作业：

1. 今天你的任务是学习改变自己的时间观。当你的意焦被时间限定的时候，不管被限定在什么时间，即便你觉得改变需要压力时，你也要停止陷入其中，而应该改变意焦，去想一个让你快乐的时间段，譬如说去想使你动心的未来，好像美好的未来触手可得；或者你可以让自己的思绪回到过去，重温你的初吻、第一个小孩的出生、与朋友的真诚交谈等等。你若能快速通过改变时间观来调整自己的心态，你就会越来越轻松，不会被压力所羁绊，而情绪也会随之积极、振奋。这个练习你得常做，直到你能一改变意焦就能立即改变你的情绪状态。

2. 学习如何有技巧地扭曲时间。特别是当你在一个时间段里需要完成两项工作时，你可以运用紧迫性、重要性的序列来安排。当然，若是事情较为轻松，你还可以同时做两件事情，这可缩短你感觉上的时间。例如当我跑步时，我会带着一副耳机，这样我可以一边听着音乐，一边跑步。当我在跑步机上慢慢行走时，可能会一边打电话谈事情或看电视新闻，这样我就永远找不到借口说自己抽不出时间运动。

3. 有计划地做事，能够帮助你节约时间。我们很多时候是因为做着这件事，心里惦记着别的事情，从而导致办事效率降低。其实你可以按照事情的重要性列出“待处理事项”的优先顺序表，把时间安排得有条理而充实，这样你就可以安心完成每件事了。你可别洋洋洒洒地写上一大堆，你要确定列出真正重要的事情。

能做好上述这些要求固然是很好，不过我们还得花时间去……

第七天：休息与娱乐：就算是上帝也会休息一天。

你的目标：《圣经》中说上帝创造了世界，第七天就是休息日。我们的生活也要学会张弛有度的平衡之道。记住工作的时候你已经很努力了，那么今天你的目标就是尽情的休闲。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

今日作业：

你今天一定要找点有趣、能让身心放松的事情来做。或者你不必刻意去搜寻，只需要随兴地做点事情。不管做什么，只要让自己快乐就好。因为明天，我会告诉你，如何去完成自己的自我认定，还有你的终极挑战……

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第十章　自我认定与人生的终极挑战

信念是我们人生的支撑，然而对我们人生影响最大、最根本的信念是对我们自身的认定，也就是对自我身份、自我价值的认定。这种肯定的信念会对你的人生有着全面深远的影响，比如你对自己是否有自信，会影响到你的婚姻、择业以及人际关系。你是否对自己有全面、正确的估量呢，这将会影响到你制订成功计划的每一步。

什么是自我认定呢？

自我认定其实就是在心中对自己设定义。我们每个人都是唯一的，也只对自己最为了解，所以我们对自己的认定是最根本的，而不是别人或者外界给我们一个什么标签。

自我认定与我们每个人的能力有一定关联，我们对自我的认定，会影响到我们的能力发挥。比如你认定自己是一个有能力、有才华的人，那么你就有这种能力或者天赋，至少你在努力争取符合这一自我认定的标准。当然，不管你认定自己是个“窝囊废”或“疯子”，还是认定为“赢家”或“风云人物”，这都会影响到你对自身潜藏能力的支取。

有研究发现，在中学时期的孩子是自我认定的初始期，这个时候的孩子大多数对自己都没有清晰的认定，所以经常受外界的影响，特别是老师。有专家就发现了这一点：教师对于学生持什么样的看法，会深深影响学生们对自我认定的形成过程，从而左右了他们所发挥出来的能力。

有不少人从一个方面认定自己，一味地认定自己是个什么样的人，却不认真思考这样的认定是否正确。比如有的人认定自己是懦弱的人，却忘记了自己也是善良、坚韧的人；有的人初出茅庐，却目空一切、自视甚大。这样片面地低估自身或者高估自身，都会大大影响我们的人生。所以，我们如果想真正改变自己的人生，那么就要对自我重新认定，做一个全面的认定。

自我认定：你到底是怎样一个人？

紧接着上面的问题，我们要重新认定自己。但是自我认定并不容易，这不像参加我的演讲会，作个简单的自我介绍就行了。因为自我认定的标准很多，在不同的人那里，其认定的标准也不一样。有的人从心理状态或者情绪方面说：我是一个快乐的人、我心里很安静、我很容易紧张；有的人从自己的职业来界定：我是个律师、我是个医生或者我是个牧师；有的人从其职位来说：我是总经理、我是科长或我只是个领班；有的人用自己的收入来说：我是个升斗小民、我是百万富翁；有的从自己的社会、家庭角色来说：我是个母亲、我是5个孩子的父亲；当然，还有从自己的民族、宗教信仰来说：我是个犹太人。其他的从自己的相貌、个人成就甚至自己的家系来说，所以自我认定的表现有很多。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

当你在作自我认定的时候，也就是你在向自己提问：到底我是怎样一个人？这个时候你一定要以平和安静的心情来回答这个问题。特别是你要带着对自己的好奇来全面探究自己，千万不要分神想其他事情，因为分神是无法让你得到所需要的答案的。在探索这个问题时，如果你欠缺安静的心态和好奇心，那么你就很难得到正确的答案。因为恐惧和犹豫可能会影响你的判断。其实这个问题，你不仅可以用来问自己，也可以用来问你身边的人，当他们在毫无心理准备的情况下被问到这个问题时，他们可能会出现下述两种反应：

第一种是发愣。他们会觉得你这个问题莫名其妙，让他如同丈二和尚，摸不着头脑。因为他们从来没有认真思考过，自己到底是怎样的人。没有反省，没有答案。

第二种就是随便给你一个敷衍的答案。不少人会对这个问题表示敷衍的态度，认为这仅仅是个玩笑似的的问题。所以有的人会不以为然地回答：“我就是我，还有其他的不成?”

其实对于自我的认定，从来都不是一个简单的问题，它甚至是一个我们人类在不断探索的人生哲学。从两千多年前的古希腊哲学家苏格拉底，到近代存在主义大师萨特，他们都一直在思索这个问题。现在请你花点时间好好回答这个问题：“到底我是怎样一个人?”请让你的心情平静下来，带着好奇心，深深地吸一口气，然后慢慢地呼出来。对自己问道：“到底我是怎样一个人?”记住要从你的内心来强调自己，比如自己是个坚强、乐观的人，而不是外界赋予你的标签来认定自己，什么小职员、平民老百姓、穷小子之类的。自我认定是建立你最坚实的信念的基础，所以要正确认定自己的积极面。

自我认定可以变得更为积极、正面

自我认定并不是一成不变的。曾经自认为是个失败者，或许在某一天转变了对自己的认定，从而走向了成功。在我的培训班里有个学员叫黛博拉，她在课堂上活力充沛，在生活中也是个热爱冒险的勇敢女孩。最近一次上课，她向我们分享了她的成长故事。她说：“从我小时候起，就一直是个胆小鬼。我不敢做任何运动，特别是和小朋友们出去玩，可能我怕自己受伤。”直到她参加了几次我的培训班之后，她开始尝试着参加一些新鲜、刺激的活动，比如潜水、高空跳伞、蹦极等等。当她初次参加这些活动时，的确面临很多压力，但是她不能再忍受自己的胆小和怯懦了，她急切需要改变自己，可以说，她找到了自己成功改变的杠杆。她完成了对自我的重新认定，这不仅影响了她自己的性格和行为模式，也影响了孩子、丈夫，甚至影响到她所涉及的每件事情。如今她已成为一位真正敢于冒险的领导者。她自我认定的演变虽然很简单，可是却十分有效。

听完这个故事，你也想对自己有所改变吧。你可以按照下面 4 个步骤开始重新认定自己，重新改造你自己。

首先，重新设定自我认定。确定你想要达成的自我认定，这可能就是你追求的完美人生。你一定要放下心理包袱，放下社会和外界给你的一切标签，让自己回到孩童时代，对未来满怀憧憬地写下上述角色所必须具备的各种特质。

其次，如果要达到这个希望的认定，你需要什么条件。请你把它们写下来。你可以从你所知道的成功人物身上，找到可以效仿的成功特质，如他的信念、说话方式、做事

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

态度和方法。你也可以想象自己也是一个未来的成功者，而你的成功应该有怎样的自我认定。

再次，你要列出你要达成这种自我认定的实践方案。比如你要尝试去完成什么事情，像黛博拉那样去尝试新鲜、刺激的活动从而改变自己；或者结交真诚的朋友，这些朋友能够强化你的自我认定，他们可能会说：杰克，你一直都很优秀。同样一群益友能够帮助你肯定自我认定。

最后，你要告诉身边的家人、朋友或者同事，你的自我认定是什么。在他们的瞩目下，你将更有效率地去改变。当然，最重要的是得让你自己确实明白，你的新定位是什么？这是你对自己的认定，也是你对自己的新标签，每天你都得以这个新标签来好好提醒自己。一段时间之后，你可能就会成为你想成为的那个人。

只要我们能重新认定自我，或者纯粹就是让“真实的自我”释放出来。当我们换了个自我认定，很可能就此超越了过去所贴在身上的旧标签。重新改造你自己的力量就是现在，让我们来拓展自己的人生吧！

你未来的自我认定

完成了一次自我认定的改变，不一定意味着你此生的自我就已经定型。你不要认为将自己从一个小兵改造成为团长就足够了，你还得继续地改造你的自我认定，不断地去拓展你的人生，让自己成为将军。即便你不做出改变，这个世界也在不断变化，5 年前你只是想成为百万富翁，现在你可能想要成为亿万富翁。人生总是要更上一层楼，你才能看到更多的风景。而且你还要在未来时刻留意自己，看看你的自我认定是使你增强还是使你削弱，特别是你要对自己的自我认定全盘掌控才行，否则你又被自己的自我认定限制了，重蹈过去的覆辙。

拒绝退化的方法就是不断前进，我也就是这样做的。在过去的 10 年里，我一直不停地改造自己，尝试新鲜的事物，也因此经常有人会觉得好奇，为何我会如此自信地去尝试各种新事物。其实我并不是有了自信才去行动，我是一开始便逼着自己要有信心，这样我在不断尝试的过程中，让自己的内心笃定，随之能力便跟着出来。这样我就能重新认定自己：其实这些事，我能！这也就是我为何会突破过去的自我认定，从而实现更高的人生目标。

我们都应该拓展对自我的认定，不要受制于既有的标签，这些身上的标签只能代表过去或者现在的你，它们不是你人生的终点，而是你发展的起点。凡是在现有认定基础上所加上去的，我们都要有实现的决心，并且相信它们都会成为事实，这就是信念的力量。

人生的终极挑战：一个人可以完成的创举

一个记者曾经假装成水手，跟随一艘渔船到墨西哥出海打渔。他冒着生命危险拍下了一段残忍的捕鱼场面：渔民为了捕捉游在海豚下方的黄鳍鲔鱼，抛下流刺网，将海豚和黄鳍鲔鱼一起捕捉。流刺网是杀伤力巨大的网。全身被扎、奄奄一息的海豚最后被抛入深海。这件事情一经公布，全美多家黄鳍鲔鱼罐头厂宣布不再收购用流刺网捕捉

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

的鱼。

很多人都觉得自己是个平凡人，对于那些社会问题或国际大事，只是一个关注者，却无力去帮助解决什么。因为我们平凡，没有钱、没有权力，我们无力去改变现实。可是上面这个故事，告诉了我们一个事实，只要你有勇气去做出努力，世界会对你的付出做出回应。

如果你总是充满无力感，就什么行动都拿不出来，不想改变自己的生活环境，也不想去帮助其他的人。这本书到了这里，就不仅是自我的改变了，比如拥有控制自己思想、感受和行为的能力，而是还要运用你的能力和成就去帮助更多的人。你不仅要成为自己人生的主人、命运的主导者，也要成为关注这个世界的有力奉献者。

我们不仅要改变自己的人生，甚至我们要改变人类的命运，我们要重新学会和自然界和谐相处。我们每个人每天都得作出决定、拿出行动并确实承担起应尽的责任。我们不是一个单打独斗的奋斗者或者是一个独善其身的成功者，我们是生活在同一个社会、同一个地球上的“命运共同体”。我们不要忽略自己的微弱力量，让这些力量聚拢，让我们大家一起来推动“持久且不懈地改善”。唯有如此，我们才能真正地形成永远的改变。

今天，我们的国家和世界面对日益复杂的问题，例如无家者日渐增多、犯罪率节节升高、财政赤字不断扩大、生态环境日益恶化等。这些问题有什么共同之处呢？这些问题都起因于人类的不当行为，可以说，我们今天所面对的一切问题，都是我们之前所作决定的结果。所以要想改变这些问题，只有我们人类自己改变错误的行为模式，这样问题才会逐步解决。

只要你有充分的准备，随时随地就有发挥的机会，譬如说如果学会了人工呼吸，当出现心脏病患者或者有人溺水需要人工呼吸时，你就能够及时帮助一个生命。我敢向你保证，那种快乐和成就感绝非获得财富所能比，因为你赢得了一个无价的生命。其实你不要觉得做出什么惊天动地的事情才是贡献，当你对周围的人微笑，让他们明白人生的可爱，这就是一种贡献；当你周末去做社区的义工，看望当地的老人，跟他们随便聊聊；再如果你途经社区的医院，不妨进去探望几个病人，逗他们开心一下，这不是件很好的事吗？即便是你不说什么话，光是静静地听他们说，你就是个英雄。

你为什么就一定要固守着你那个狭小的世界呢，你有能力走出来帮助他人，这可能是你走出来的小小一步，其实就是你人生的一大步。不要觉得畏惧或者害羞，你要通过奉献，让真实、充满爱心的自我走出，萌发心中的贡献感，能够让你的行为产生最具威力的连锁反应。我们都有追求快乐、避开痛苦的本能，同样也愿意帮助他人避开痛苦，拥有快乐。我相信在你的内心最深处，也想做一些好事，将个人的精力、时间、感情和金钱投注在更大的目标上，以突破旧有的自我。人生中没有任何事能比贡献更让我们得到满足感了，所以让我们付出无私的贡献。因为这就是一切成就的终极，也是你作为社会一员，值得追求的终极意义。

这本书教给了你改变自己的方法，过去视为困难的事都变得容易许多，很多挑战都已经能够轻松跨过。等你自身的能力得到了改变之后，你的目光就不能只放在自己身上，而要扩及自己的家人、社区、乃至周围更广阔的世界。通过无私的奉献，你将会得

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

到超越财富的成就感。所以，不要去寻觅什么英雄，而要去做个英雄。

终极的挑战：一个人到底能做些什么？现在你也许稍微明白了这个问题的寓意。它告诉我们应该认真地在这个世界上生活，去体验各种各样的事，要好好照顾自己和亲友，也要帮助那些需要帮助的人，奉献自己的一份贡献；在欢乐时就尽兴，大胆走向外面的世界，好好享受其中的过程。

上帝给了我们未来生活的启示，我们对未来充满了质疑，也充满了期待。我们对于未来生活不是先知者，所以我们活得更加自由，如果我们对人生中的每件事都能事先知道，那将是多么无趣。我们永远不知道下一刻将会发生什么事，很可能就是下一刻所发生的事，会改变我们的人生方向，在一瞬间展现出另一副人生面貌。所以你要试着做出改变，因为改变是这个世界时时刻刻存在的真理。

当你看完本书，我希望你已经开始了改变，是的，这只是一个小小的决定，但你的人生就可能因此改变。做一个会享受生活的奋斗者，跟朋友一起聊天，听一卷录音带，看一场电影，参加一次研讨会。如果遇上了一个大问题，你已经不是过去的你，你已经能够以积极期望的态度生活。这一切都能使你的人生拓展、成长。最重要的是，要以永不止息的成长及学习作为人生的指标，为社会和这个世界付出爱心。

在本书的结尾，我要向你表达我的敬意与感谢。我们虽然未曾谋面，但是我希望我已经成为你的朋友，成为与你心灵相通的朋友。我也感谢你，让我和你分享我的人生经验和成功心得。我由衷地希望这本书能带给你新的思考方向，帮助你创造出一个丰富而璀璨的人生。最后，请不要忘了期待奇迹——因为你本身就是个奇迹。我现在将火种传递给你，希望你成为散发光亮的人，成就自我，也行善世界。愿上帝祝福你。

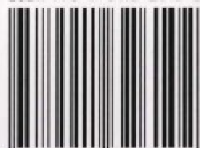
全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服QQ/微信：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

《羊皮卷》犹如一炷明烛，照亮你的人生之路

在西方遥远的古代，智慧的文字是书写在珍贵的羊皮卷上的，它们传历弥久，便产生了神秘的力量，吸引着人们探寻生活的真谛，引导并激励着人们踏上成功的道路。每个时代都会产生自己"有力量的文学"的作品，这些作品充满智慧、灵感和爱心，蕴藏着巨大的力量，改变了无数人的生活与命运。《羊皮卷》就是这样的作品。

《羊皮卷》是人类出版史上最伟大、最精彩、最能鼓舞人心的励志书，具有彻底改变人的精神状态，从而扭转人的命运的神奇力量。它通过14部伟大的作品将人生的哲理和成功的理念，借助一个个动人心弦的故事和鞭辟入理的分析传达给了每一个渴望成功的人，使人们能够清晰无误地感受到一种智慧，从而在这个纷繁复杂的世界上掌握一种做人做事的方法。它不仅鼓舞着千千万万的成功人士再攀高峰，更激励着无数困境中的人们重获信心和勇气，向命运挑战，获取人生应该享有的成功、财富和幸福。该书自出版以来，已被译成几十种文字在全世界广泛发行，产生了积极而深远的影响。

这是一部人生的"圣经"，汇集了世界上最优秀的精神导师们的思想精华，它揭示了希望、财富、幸福的真正秘密，以及怎样追求到它们的成功法则。世界每天都在发生着变化，但是，做人处世的原则却是亘古不变的。只要发掘出其包含的深邃、博大和神奇的力量，就能给你带来勇气、成功与快乐。



出版人：方鸣
责任编辑：一世
封面设计：凌云

ISBN 978-7-5113-2610-2
9 787511 326102
定价：39.80元(上、下)